

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་  
བཤད་པ་མན་ངག་རིན་ཆེན་བང་མཆོད་  
ཅེས་བྱ་བ་ལས་སྦྱོས་བྱ་ཆེན་པོའི་  
རྣམ་པར་བཤད་པ་  
བཞུགས་སོ།

(ལྷན་ཆ།)

རྗེ་བཙུན་སློབ་བཟང་ལོ་རྒྱུས་བཅུ་མས།



བོད་སྐད་ས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།







བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་གྱི་ཆེད་  
བཤད་པ་མན་ངག་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་  
ཅེས་བྱ་བ་ལས་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་  
རྣམ་པར་བཤད་པ་  
བཞུགས་སོ།

སྟོད་ཆ།

རྩི་བཅུན་སྒྲོ་བཟང་ལོར་བྱས་བཅུ་མས།

བོད་ལྗངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།



ਨਕੁ ਭੁ ਨਕੁ ਨਿਕੁ ਨਕੁ ॥ ਨਕੁ ਭੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥

ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥ ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥

ਨਿਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥

ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥

ਨਕੁ ਨਕੁ ॥

ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥

ਨਕੁ ਨਕੁ ਨਕੁ ॥



## དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་རབ་དང་ཕུལ་  
དང་ཅེ་མོར་གྱུར་པ།    ཟབ་པ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་ཟབ་པ།    ཏུས་གསུམ་  
ཀྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
ཏུ་ཕྱིན་པའི་མདོ་ལྷེ་རིན་པོ་ཆེའི་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་དང་།  
སྤྲུལ་དོན་མདོན་རྟོགས་ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་སྟན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་ཉམས་སྤེལ་ན་  
རྒྱལ་གསལ་བར་སྟོན་པ།    བཤམ་མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དགོས་འདོད་མཁུས་པ་རྒྱལ་བའི་གདམས་  
པ་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ།    བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་གནད་  
ནམས་རྒྱལ་བའི་གསུང་གི་གསང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་འཕྱོར་བ་རྒྱལ་  
ཚབ་མི་པམ་མགོན་དང་།    རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་མན་ངག་ལ་  
བརྟེན་ནས་ཤིང་ཉ་ཆེན་པོ་ལྷ་སྤྲུལ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱིས་ལེགས་པར་  
སྤྱོད་བའི་ལམ་སྟོལ་ཆེན་པོ།    མགོན་པོ་ཡུ་ཉི་ཤ་དང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་  
པ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཆེས་ཆེར་གསལ་བར་མཛད་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་  
རིམ་པ་ཆེན་མོའི་གཞུང་འདི།    རང་ཅག་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་སྤྱི་འགོ་  
ཀྱན་གྱི་གཏན་བདེ་སྤྲུལ་བྱེད་ཀྱི་སྐལ་བཟང་གི་ལམ་མཆོག་ཏུ་འབྱུངས་པ་  
ནས་བཟུང་།    གཞུང་འདིའི་དགོངས་འགྲེལ་ལ་སྟོན་མངའ་རིས་སྐོར་  
གསུམ་དང་།    སྤྲད་མདོ་ཁམས་སྒྲིབ་ཏུ་གྱུར་བར་དབྱུས་གཅིང་ཏུ་བཞིན་  
ས་གནས་ཁག་གི་དགོན་ལྷེ་སོ་སོའི་ནང་ཏུ་མཁས་དབང་ནམ་མཁའི་སྐར་



ཚེགས་བཞིན་ཕྱོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཆན་འགྲེལ་ཇི་སྟེད་ཅིག་མཛད་ཡོད་ཀྱང་  
 མང་ཆེ་བ་བར་སྐབས་གཡོན་ཐལ་རིང་ལྷགས་ཀྱི་ལོ་བཅུ་འི་དུས་བེད་ནང་མེ་  
 ལྷའི་ཞལ་དུ་གསོལ་བ་སོགས་ཀྱིས་ད་ལྟ་རང་རེའི་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་  
 འདས་ཤིང་། རེ་གཉིས་ལུས་ཡོད་ཀྱང་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ཡིག་ཆ་གསལ་ཁང་  
 དུ་བཞུགས་སྡོམ། རྒྱ་ཆེའི་གཟིགས་པ་པོའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མ་  
 འགྱུར་ཞིང་། དཔེ་སྟུན་བྱས་པའང་ཏ་ཅང་དགོན་པས། འདིར་ཆབ་  
 མདོ་བྲག་གཡལ་བ་བྱ་དགོན་དགེ་ལུན་བཤད་སྟུབ་ཆོས་འཁོར་སྤྱིང་དུ་བཞུགས་  
 ལྷགས་ལ་བའི་མང་དུ་ཐོས་པ་མཁས་པའི་དབང་པོ་རྗེ་བཅུན་སྟོབ་བཟང་ལོ་ར་  
 བའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་དཀའ་གནད་འགྲེལ་བ་འདི་དཔེ་སྟུན་  
 ཞུས་པ་ཡིན།

དེ་ཡང་གཞུང་འདིར་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་གོ་སླ་བ་  
 རྣམས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག། རྟོགས་དཀའ་བའི་གནས་རྣམས་ལེགས་  
 པར་བཀྲལ། ཞལ་བཞེས་ཀྱི་མན་ངག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བརྒྱན་ནས་རྒྱས་  
 པར་འཆད་པའི་བྱང་ཆོས་ལུན་ཡོད་དེ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་གཞུང་  
 དཀྱུས་ལས་བྱང་བའི་གོ་དཀའི་ཡུལ་སྤྱད་དང་། བརྗེ་རྟེན། ལེགས་  
 སྟུར་སྤྱད་རྣམས་སྤྱི་བྱིངས་ཀྱི་སྟོན་ས་བསྟུབ་ཚུལ་སོགས་དཀའ་བའི་གནས་  
 རྣམས་གསལ་པོར་བཀྲལ་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་  
 རང་དུ་ལུང་འདྲེན་གྱི་ཆོག་ཆ་ཆང་བཀོད་མེད་པ་རྣམས་ཀྱང་པལ་ཆེར་ཁ་  
 སྟོང་ཞུས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐ་ན་སྟུ་ཙ་ལ་དུག་བཅུ་ཙ་བཞི་ལྟ་བུའི་ཐ་སྟོང་  
 རིག་གནས་སྟོར་གྱི་དཀའ་གནད་རྣམས་ཀྱང་གོ་བདེར་འགྲེལ་བའི་བྱང་ཆོས་  
 ལུན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གཞུང་འདི་ཉིད་ལས། “སྟོན་ཕྱོན་པའི་མཁས་



གུལ་ཆེན་པོ་ལྟར་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་མངོན་པར་མཐོ་བའི་དམ་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ལས་གསལ་ཆ་གང་ཡོད་པ་རྣམས་སྟོགས་གཅིག་ཏུ  
 བསྐྱུལ། སྤྱི་མའི་མན་ངག་དང་། རང་གིས་གང་ངེས་རྣམས་ཀྱིས་  
 བརྒྱན་ཏེ་གཞུང་དོན་རྟོགས་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་གོ་བདེ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་  
 ཏེ་དགོད་པར་བྱའོ། ། "ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་དེང་རབས་  
 རྒྱུ་བའི་སློང་ང་འཆམ་ཞིང་། བོད་རིག་པར་ཞིབ་འཇུག་དང་། གཏན་  
 བདེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་མཆོག་འདི་ཉིད་ལ་བརྩོན་པར་འདོད་པའི་རྒྱ་ཆེའི་  
 སེར་སྤྱི་མང་ཆོག་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་རྒྱ་འདོད་ལྟ་བུའི་རེ་བ་དེ་སྒྲིམ་བྱུང་ངེས་རེད་ལ།  
 བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ལ་རྒྱན་རིག་གནས་ལ་བསྐྱུང་སྦྱོར་དང་། དར་སྤེལ་  
 གཏོང་རྒྱུའི་བྱ་གཞག་ལའང་ལེགས་སྦྱོས་གསར་པ་ཞིག་འབྱུང་བྱུང་ངེས་  
 ལགས།

གཞུང་འདི་བཞིན་སྤྱིར་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཅ་བའི་ས་བཅད་  
 གཞིར་བཅས་ཀྱིས་གོང་ཁྱེས་ལྟར་གོ་སྤྱིའི་དོན་རྣམས་བཏང་སྒྲིམས་སྤྱི་བཞག་  
 རྟོགས་དཀའི་གནས་རྣམས་མཐིལ་སྤྱིན་པར་འབྲེལ་ཡོད་པས། དཀར་  
 ཆག་གི་ས་བཅད་རྣམས་ཀྱང་གཞུང་བཤད་ཀྱི་རྒྱས་བསྐྱུས་ལ་བསྐྱུན་ནས་  
 བཀོད་སྤྱིག་ཁྱེས་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་། སྤྱིར་ན་མ་དཔེ་ཁག་སལ་  
 ཡོད་ནའང་སྐབས་རེ་དབྱངས་འདོགས་ཆད་ལྷག་ཤིང་བ་སོགས་དཔེ་སྤྱིན་  
 སྤྱན་བྱ་མཆིས་པས། དབྱངས་འདོགས་དང་ཆོག་སྤྱད་ནོར་འབྲུལ་ཡིན་  
 ངེས་རྣམས་སྐབས་འབྲུལ་དག་བཅས་ཁྱེས་པ་ལུད། གཞན་དག་ཆ་འབྲུལ་  
 བ་མིན་ནམ་སྒྲིམ་པ་རྣམས་མ་ཡིག་སོར་བཞག་ཐོག་གྲུག་རྟགས་ < >  
 འདིའི་ནང་དག་བཅས་ཁྱེས་ཁྱེས་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཡིག་ཆ་



པ་མིན་ན་མ་སྒྲུབ་པ་དག་གྲག་ཉགས་[ ] འདི་འི་ནང་ཁ་སྒྲོང་ཁྱེད་ལྟུང་ལྟུང་  
ཡོད་པས་ཀྱང་ཆེད་ཀྱི་གཟིགས་པ་པོ་ནས་ཉོག་དཔྱད་བཟང་པོས་སྤང་དོར་  
མཛད་ཀྱི་འུ་བུ།

གཞུང་འདི་འི་མ་དཔེ་ནི་ཆབ་མདོ་གྲག་གཡལ་རྫོང་། བྱམས་  
མདུན་གོ་རས་གྲོང་ཆེད་ཨ་ར་ཆང་གི་དཔལ་ལྷན་དོན་གྲུབ་ལགས་ནས་ལྷག་  
པོར་གཡལ་གནང་བ་མ་ཟད། མ་དཔེ་མི་གསལ་བའི་རིགས་ཐེངས་མང་  
བསྐྱར་འཆོལ་ཁྱབ་སྤྱོད་སྤྱོད་རམ་གང་ལེགས་གནང་བུང་བས་སྐབས་  
འདི་དང་བསྐྱར་ནས་འདི་ག་ལས་མི་ཆང་མས་སྤྱོད་གྲག་པ་ནས་བྲགས་རྗེ་ཆེ་  
ཞུ་ཡིན།

ལྷངས་ཁང་ཡུན་ཆོགས་དོ་རྗེས།  
སྤྱི་ལོ་༡༠༠༧ལོའི་ཟླ་༡༠པའི་ཆོས་༡༠ཉིན།



॥३॥ ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ཞུམ་ཐང་མཁོ་རྒྱུ་ལྟེན།

དེ་ཡང་རང་རྒྱལ་ལོགས་བཤད་པ་རྒྱ་དཀར་པོའི་བྱང་བ་ལས། ཡ  
 ཁི་རྟ་ཇ་བདག་བཀའ་དྲིན་མཉམ་མེད་རྩི་རྩེ་འཆང་དགེ་བཤེས་ཆེ་རིང་  
 དབང་རྒྱལ་དཔལ་བཟང་པོ་ཡབ་སྐུ་སྐུ་གཉིས་སྐུ་སྐུ་བཟུང་འཛིན་གྱི་སྐུ་སྐུ་  
 དམ་པ་དུ་མར་བྱོན་ཞིང་། གནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་གསུམ་གྱིས་  
 མཆན་པའི་ཡུལ་དེར། མ་བསོད་ཆོས་དང་། པ་ཨ་ཆོགས་ཞེས་བྱ་བ་  
 གཡོ་སྐྱེ་དྲང་ཞིང་ཆོས་ལ་དཀར་བ་གཉིས་གྱི་བྱ་སྐར་མ་རྒྱལ་ལ་སྐྱེ་ལོ་  
 ༡༧༠༠ལྟར་སྐུ་སྐུ་ཤིང་། དཔལ་འབྱོར་དགོན་གྱི་སྐུ་མ་བཟུང་པ་རིན་པོ་  
 ཆེར་སྐུ་སྐུ་སྐུ་བཅིས་པས་ཤིན་དུ་བཟང་། ཁ་གྲགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་ཞེས་  
 མིང་ནོར་བྱ་རྒྱལ་མཆན་ཞེས་བཏགས། ཞེས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་དེ་  
 ལས། རྒྱུ་དུ་ནས་ཆོས་ལ་དགའ་བས་བྱིས་པ་ཅེད་མོ་ལ་ཆོས་གནང་བ་  
 དང་བཅའ་འདོན་བྱེད་སྤངས་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིད། བཅུ་གཉིས་ལོ་ནས་  
 བཀའ་དྲིན་ཅན་ཁྱེད་མཁས་རྒྱལ་ལས་ཡིག་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འདེབས་བཅུ་  
 ཅུ་ཤེས་དུས་ཁྱེད་དགོན་དུ་བྱོན། དེ་ནས་དགེ་ཆུན་མེད་པར་ཨ་མ་ཆོད་  
 དང་རུ་རྩོགས་ཡིག་ཤེས་མི་རྒྱལ་ལ་བཞེན་ནས་ནོར་ལྷག་གི་རྩི་བོར་འགྲོ་  
 ཞོར་ཡིག་སྐྱུངས། སྐབས་དེ་དུས་ནས་ཆོས་ལ་དགའ་བས། ཡོ་རྒྱུན་  
 རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་འདེབས་ལེན་བདུན་མ་དང་། བར་ཆད་ལམ་སེལ།



རྟོག་བཤགས་གསེར་གྱི་སྤྱི་གྱི་དང་། སྤྱི་མཚན་བདེ་སྤྱི་དབྱེར་མེད།  
 བཟང་སྤྱི་དང་། སྤྱི་བཤགས་སྤགས་ཚེས་ཚན་དུ་མ་སྤྱི་ལ་བཟང་ནས་རྟོག་  
 བོར་འགོ་བ་སྤགས་གྱི་སྤགས་སྤྱི་འདོན་ཞིང་། མ་ཞི་ལ་གྲངས་གསེག་  
 མཛད། ལོ་བཅུ་བཞི་ལོ་ཐོག་སྤྱི་མ་བསྟན་པའི་མདུན་དུ་བཅུ་དང་། རྟོག་  
 ཐུག་ཆང་ལ་རྟོག་མཛད། སྤྱི་གཙུག་སྤགས་སྤྱི་ལ་བཅུ་དབྱེས་  
 ཚེས་ཚན་པོ་མཛད་ཅིས་པ་དང་། ཡང་རྟོག་ཐུག་དེ་ལས། དེའི་སྤགས་  
 ཐུག་པ་བྱེད་འདོད་ཀྱང་དབང་མ་བྱུང་། བདག་ལས་རྟོག་པས་བྱིས་གྱི་  
 བཅོན་རྟོག་ཚུད། བྱིས་ཐུག་གྱི་སྤྱི་གྱི་ཚུད་ཀྱང་རྟོག་པ་སྤགས་ཚེས་མ་  
 ཐུག་ཤིང་ཁ་འདོན་སྤགས་ལ་བཅོན་པས་དལ་འབྱོར་དོན་ལྟན་སྤགས་མཐུན་  
 ཅམ་བྱུང་འདུག་སྟུང་། དེ་ནས་བྱིས་གྱི་ལས་ཀ་སྤགས་གྱི་སྤྱི་བསྟན་ལ་  
 ཤིན་ཏུ་སྤྱི་ཞིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་རང་དབང་འདུས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་  
 སྤྱི་བསྟན་ལ་བཅོད་ཐབས་མེད་འདུག་སྟུང་སྤྱི་བ་ཤུགས་དུག་ཡང་ཡང་སྤྱི་  
 ཀྱང་མ་ཡར་དང་ཁྱེད་སྤགས་དབང་བཅོན་པས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་བྱུང་།  
 དགོ་བཤེས་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལ་གྱུ་པ་ཆོག་པའི་མགོ་འདྲིན་ཁྱུས་པས་སྤྱི་  
 ཐུག་གནང་ཡང་མ་པན། མཚན་མོར་སྤྱི་གྱིས་བྱས་ཀྱང་ནམ་ལངས་  
 དུས་པ་མ་སྤགས་གྱིས་རྟོག་འདོད་བྱས་ཏེ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་བྱིས་བྱིས་ཤིང་།  
 དེ་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་མི་བཅུ་གྱི་འཆི་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་བསྟན་ཀྱང་མི་བྱ།  
 ལས་ཀྱང་མི་བྱེད་ནས་ཉལ་འདུག་སྟུང་ཡང་མ་ཤོད། དེ་ནས་ཡུན་རིང་མ་  
 འགྲུང་བར་བཤུང་བྱ་ཉེར་གཅིག་པག་ལོར་ཉིན་མོ་མགོ་སྤྱི་བཏང་ནས་  
 མཚན་མོར་སྤྱི་གྱིས་བྱས་ཏེ་ཉིན་ལྔ་བཅུ་པའི་གནམ་གང་དགག་དབྱེད་  
 ཉིན་ས་དཀར་རི་ཁྲོད་ཐོག་ཚེས་ལོགས་བཤད་སྤྱི་དུ་སྤགས་ཅིང་། ཆོ་



རབས་ལས་ཀྱི་སྒྲུ་མ་བཀའ་རྒྱུ་མེད་མཚན་ལྟ་བུ་དག་པའི་བཤེས་གཉིན་  
 ཚེན་པོ་དང་འཕྲད་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ། དེ་ནས་ཆོས་དྲུག་ཉིན་ཆོས་  
 སྒྲོར་བཅུག་ཏེ་ཆངས་སྤྱད་དག་བསྟེན་གནང་། མིང་སྟོ་བཟང་ལོ་རྒྱུ་  
 ཞེས་བཏགས། ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ཉིན་ནས་གཞུང་ལུགས་རིགས་པའི་སྒྲོ་  
 འབྲེད་མཚན་ཉིད་རྩ་སྟོད་བསྐྱེད་ལྟ་བུ་སྤངས་ཤིང་། སྒྲུ་མ་བཀའ་རྒྱུ་  
 ཚན་གྱིས་འབྲིད་ཅིང་ཆོས་གྱའི་ནང་དུ་ཅོད་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ།  
 ཉགས་རིགས་ཆོས་ཀྱན་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། སྤྱད་དཀར་གྱི་སྟོ་ཉགས་ཀྱི་  
 སྟོ་མཚོ་ཀླུ་མས་བཟུང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་མངོན་རྟོགས་བྱུང་། དཔུ་  
 མ་འཇུག་པ། སུར་བྱེན་མིང་གི་རྣམ་གྲངས། གསང་སྤྱགས་མིང་གི་  
 རྣམ་གྲངས་རྣམས་སྟོར་བཟུང་། དམ་པ་ཉིད་ནས་ལུང་མཚོས། སྟོང་  
 རྟོལ་གསུང་རིག་གནས་སྤྱིར་རྣམ་གཞག་བརྒྱུ་ཉིད་བཀྲོལ་འདེབས་བཅུ་དྲུག་  
 ཅུ་མེད་པ་དང་། མངོན་བརྗོད་བྱུ་མཚོའི་ཆུ་ཐིགས། མངོན་གནས་  
 གསུམ་པ་དང་ལྟ་པ། ས་སྒྲུ་ལེགས་བཤད་ལས་ལེན་གསུམ་ཅུ་བཟུང་།  
 འཇིགས་བྱེད་དཔའ་གཅིག་ སྟེར་སྒྲང་ལུགས་ཏེ་མགྲིན། སྟེན་རས་  
 གཟིགས་བཅུ་གཅིག་ཞེས། གཙུག་ཏྲོར་རྣམ་ཀྱུ་མ་རྣམས་ཀྱི་དབང་ཚེན་  
 དང་། སྟོལ་མ་ཅི་ཏྲ་མའི་ལུས་དཀྱིལ་དང་ཐུན་མོང་བའི་བྱེན་རྒྱབས།  
 མགོན་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་དབང་དང་སྤྱང་མ་ཆོས་ཀྱུ་གཙོ་འཁོར་གསུམ་གྱི་  
 ལུང་ཞུས་ཞེས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་རང་རྣམ་དེ་ལས། མཁས་གྲུབ་ཚེན་  
 པོ་ཉིད་གྱིས་མཁན་པོ་མཛད་ནས་ཆོས་སྤྱིར་སྟོལ་པ་ཐོབ། རབ་བྱུང་གི་  
 མིང་དུ་སྟོ་བཟང་འཇམ་དཔལ་ཞེས་བཏགས་ཞེས་བྱུང་། དེ་ལྟར་མཁས་  
 དབང་གང་དེས་སྒྲུ་ཆོ་གང་པོར་བཀའ་རྒྱུ་གཞན་ལས་ལྷག་པའི་དག་པའི་



བཤེས་གཉིན་ཆེན་པོ་རྗེ་བཙུན་ཡང་ག་དབང་འཇམ་དབྱངས་མཆོག་གིས་  
 གཙོས་རྒྱན་ཆེན་སྒྲ་མ་བཟང་པོ་བཙུན་ཕྱག་གཉིས་ལྷག་ཅམ་བསྟོན་ནས།  
 སྟོན་ངག་སྤྲུལ་རྟགས་སོགས་རིག་གནས་སྤྱི་དང་། བྱད་པར་གཞུང་ཆེན་  
 བཀའ་པོད་ལྷ་སོགས་མདོ་སྤྲུལ་གྱི་གཞུང་ལྷགས་ཀྱན་ལ་སྤྱངས་པ་མཐར་  
 ཕྱིན་པར་མཛད་པ་མ་ཟད། དབང་ལྱང་བྱིད་གྱི་གདམ་པ་མང་དུ་བྱས་པ་  
 ཀྱན་ལ་དགོས་ངེས་ཀྱི་བསྟོན་ཆེན་སྤྱིན་སྤྱོད་གི་ཁ་སྐོང་དང་བཅས་པ་ཚུལ་  
 བཞིན་སྤྱད་པ་ལྟར་ལེན་མཛད།

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ཚུལ་ལ་མཆོན་ན། རང་རྒྱལ་དེ་ལས།  
 ཡོས་ལོའི་མཚུག་དུ་རི་བྱོད་དུ་སྒྲ་མ་བདུན་ཅམ་ལ་བསྟོན་བཙོས་མདོན་  
 རྟགས་རྒྱན་གྱི་བྱིད་ལུལ། ཆོགས་ལ་ཆོས་འདོན་པའི་ཐོག་མ་འདི་ཡིན་  
 ཞེས་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་ཤར་ཕྱིན་སྟངས་སྤྲུལ་བརྒྱ་པའི་ལྱང་འདོན་  
 པ་དང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་རིན་པོ་ཆའི་ལྱང་ལུལ། སྐབས་ཤིག་  
 ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་བྱིད་འདོན་པ་དང་། ལམ་རིམ་ཤར་སྟོན་སོགས་ཀྱི་  
 ལྱང་ལུལ་བས། བྱ་མི་མང་ཞིང་རྩོན་པས་རྩོན་སྟངས་བ་དང་། སྤྱོད་  
 གཙོད་སྟངས་མི་མང་དུ་བྱུང་བས་རེ་ཞིག་ལྷག་བསད་མི་དགོན་པ་བྱུང་།  
 འོར་ལ་ཁྱག་བསྟར་བ་སྟངས་དུ་བཙུག་ བྱིས་ལྷན་རིང་སྤང་ཡང་ཁ་ཤས་  
 ཅམ་ལས་ཆང་མ་ཁས་སྤངས་པ་ལས་མ་འགལ་བར་འདུག་པས་གཞན་ལ་  
 སུན་ཐོག་ཆེན་པོ་བྱུང་སྟམ་དགའ་བ་ཐོབ་ཅེས་གསུངས།

ཟང་ཟིང་ཡོ་བྱད་བཏང་ཚུལ་ལ་མཆོན་ན། ལྷ་ལྷན་སྟོན་ལམ་ཁར་  
 སྤྱི་འགྱེད་དུ་གོར་ < ལྷ་སྟོན > དཀར་པོ་ཆོག་སྟངས་སྤྲུལ་བརྒྱ་དང་།  
 དགོན་དུ་འོང་ཚུན་ཆད་དུ་ལོ་ལོ་ཆེར་བྱམས་སྟོན་ཁར་སྤྱི་འགྱེད་ལུལ།



སྤྱིགས་གང་དུ་ཆོས་འདོན་གྱང་ཡོ་བྱད་བྱང་བ་པལ་ཆེར་དེ་དང་དེའི་དགོན་  
 རྒྱེ་སྤྱིགས་ལ་ལུལ། སྤྱི་མའི་གསུང་འབུམ་གྱི་པར་སྤྱིགས་མང་དུ་བཞེངས།  
 རྒྱེ་ཁང་དུ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེ་བཞེངས་ཤིང་གོས་ཅན་གྱི་དབུ་  
 གོར་གདོང་ཇར་རས་གྱི་དཔེ་རས་སྤྱིགས་ཤིང་སྤྱིགས་ཐག་བཅས་ལུལ་བ་  
 དང་། སྤྱི་ལ་མ་འབུམ་བཅུ་ཡི་འདོན་ཡོན་ནས་ཞོ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་  
 ལྷག་ཅུ་མ་གྱི་ཅ་ལག་ལུལ་ཞེས་བྱང་བ་སྤྱིགས་མང་ཞིང་། སྤྱི་ལ་  
 ༡༧༤༥ ལའི་ཟླ་བ་ ༩ པའི་ཆོས་ ༩༠ ཉིན་རེ་ཞིག་དགོངས་པ་གཞན་དོན་དུ་  
 གཤེགས་པའི་ཚུལ་མཛད་པ་བཅས་རང་རྣམ་ལེགས་བཤད་པར་དཀར་པོའི་  
 ཐུང་བ་གཞིར་བཟུང་ནས་འདིར་མཁས་དབང་གང་དེའི་མཛད་རྣམ་རགས་  
 བཅུས་ཅུ་མ་ཞིག་མཆོམས་སྦྱར་བྱས་པ་ལགས་སོ། །

མཁས་དབང་གང་དེས་མཛད་པའི་གསུང་རྩམ་ལ་པོད་དགུ་བཞུགས་  
 ཉི། པོད་ཀ་པར། སྟོན་པ་བྱབ་པའི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་མའི་  
 རྣལ་འབྱོར་དངོས་གྲུབ་བུམ་བཟང་སྤྱིགས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༩ ) ལ་ཞེས་མ་  
 ༩༠༠ བཞུགས།

པོད་ཁ་པར། བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་རྒྱ་ཆེར་  
 བཤད་པ་མན་ངག་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་ལས་སྤྱིས་བྱ་རྒྱུང་དུའི་  
 རྣམ་པར་བཤད་པ་སྤྱིགས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༩ ) ལ་ཞེས་མ་ ༩༩༩ དང་།

པོད་ག་པར། བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཀུན་  
 གྱི་སྟོང་པོ་སྤྱིགས་ལེ་ཆོན་( ༥ ) ལ་ཞེས་མ་ ༩༩༧ དང་།

པོད་ང་པར། ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྷ་བའི་བརྗེད་བྱང་ངེས་དོན་  
 གསལ་བའི་སྟོན་མེ་སྤྱིགས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༡༠ ) ལ་ཞེས་མ་ ༩༥༧ དང་།



པོད་ཅ་པར། ཟབ་པ་དང་ཁྱ་ཆེན་ཆུ་གསལ་པར་བྱེད་པའི་  
བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་དབུ་མ་ལ་འབྱུག་པའི་གཞུང་དང་ས་བཅད་སྤྱར་བ་  
ཟབ་དོན་གསལ་བའི་ཉིན་བྱེད་སྐགས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༥ ) ལ་ལྷེབ་མ་  
༩༩༩དང་།

པོད་ཆ་པར། བྱུང་མཐའི་རྣམ་གཞག་གསལ་བར་བཤད་པ་བྱུང་  
བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་སྐགས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༩ ) ལ་ལྷེབ་མ་  
༩༥༩དང་།

པོད་ཇ་པར། རྗེ་བཙུན་ངག་དབང་འཇམ་དབྱངས་དཔལ་བཟང་  
པོའི་སྤྱི་མཐོང་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཆུ་བྱིན་རྒྱབས་གཏོར་མཛོད་སྐགས་  
ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༥༡ ) ལ་ལྷེབ་མ་༩༩༠དང་།

པོད་ཉ་པར། དཔལ་གསང་དབང་འདུས་པའི་སྤྱི་བ་ཐབས་རིན་  
ཆེན་ཐེང་བ་སྐགས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༡༩ ) ལ་ལྷེབ་མ་༩༩༠དང་།

པོད་ཉ་པར། ལེགས་པར་སྤྱར་བ་ལྟའི་སྤྱི་དང་གངས་ཅན་པའི་  
བརྟ་གཉིས་གཤན་སྤྱར་བ་སྟོ་གསལ་རྒྱས་པའི་དགའ་སྟོན་སྐགས་ལེ་ཆོན་  
( ༩༥ ) ལ་ལྷེབ་མ་༩༡༥བཅས་ཁྱོན་བསྟོམས་ལེ་ཆོན་གྲངས་( ༡༩༩ ) ལ་  
ལྷེབ་༩༡༩༡བཅས་བཞུགས་སོ། །

ལོངས་ཁང་ཡུན་ཆོག་སྡོམ་རྩེ་སྤྱི་  
སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་༡༠ཆོས་༡༠ཉིན།



ཀླུ་ཆེ་བ་ལམ་གྱི་རྩམ་པ་ཆེན་མོ་ཡི་རྩམ་གྱི་ཆེ་བ་

བཤད་པ་ལམ་རྒྱ་ཁྱིམ་ཆེན་པོ་ལམ་རྩམ་

ཆེན་གྱི་བ་ལམ་གྱི་ཆེ་བ་ཀྱི་སྐུ་ལམ་

ཆེན་པོ་རྩམ་པ་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ་

རྩམ་པ་བཤད་པ་

བཤད་པ་ཆེན་པོ་ ।



ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ

ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ

ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ

ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ

ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ

ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ ਨਾਨਕ



དཀར་ཆག

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་གྱི་ཆེད་  
བཤད་པ་མན་ངག་རིན་ཆེན་བང་མཆོད་  
ཅེས་བྱ་བ་ལས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
ལྷོད་བ་དང་ལྷོད་པ་ལྷི་བསྐྱབ་ཀྱི་  
རྣམ་པར་བཤད་པ་

བཞུགས་སོ། ..... (༡)

དང་པོ། མཆོད་པར་བཆོད་པ། ..... (༡)

ས་བཅད་དང་པོ།

ཅུ་བའི་མཆོད་བཆོད་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་

དཀར་གནད་བཤད་པ། ..... (༢)

ས་བཅད་གཉིས་པ།

ཐོག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒྲི་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་

བརྟན་པའི་སྐབས་ཀྱི་དཀར་

གནད་བཤད་པ། ..... (༣)

ས་བཅད་གསུམ་པ།

སེམས་བསྐྱེད་རི་རྩ་བསྐྱེད་པའི་ཆུལ་བརྟན་

པའི་སྐབས་ཀྱི་དཀར་གནད་བཤད་པ། .....

..... (༤)



དང་པོ། རྒྱ་གར་ལ་བཞེན་ནས་རི་ལྷོ་རྒྱུས་པ། ..... (36)

གཉིས་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱང་བའི་རིམ་པ། .....

..... (37)

དང་པོ། རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲོན་མ་

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱང་བའི་

རིམ་པ་བསྟན་པ། ..... (38)

གཉིས་པ། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒྲོན་མ་

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱང་བའི་

རིམ་པ་བསྟན་པ། ..... (39)

གསུམ་པ། སེམས་དེ་རྒྱུས་པའི་ཚད་བསྟན་པ། ..... (40)

བཞི་པ། ཚེགས་གཟུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ། ..... (41)

ས་བཅད་བཞི་པ།

སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་སྤྱི་ལ་བསྐྱབ་

པའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་སྐབས་ཀྱི་

དཀའ་གནད་བཤད་པ། ... (42)

དང་པོ། རང་རྒྱུད་སྒྲིན་ཕྱེད་པར་ཕྱིན་ཏུག་ལ་

བསྐྱབ་ཚུལ་བསྟན་པ། ..... (43)

གཉིས་པ། གཞན་རྒྱུད་སྒྲིན་ཕྱེད་བསྐྱབ་ཚུལ་

བསྐྱབ་ཚུལ་བསྟན་པ། ..... (44)



བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་གྱི་ཆེད་  
 བཤད་པ་མན་ངག་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ལས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 རྒྱུད་བ་དང་རྒྱུད་པ་ལྷི་བསྐྱབ་གྱི་  
 རྣམ་པར་བཤད་པ་  
 བཞུགས་སོ།།

དང་པོ། མཚོད་པར་བཛོད་པ།

རྗེ་བཙུན་སྤྲུལ་མ་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་གྱི་ཞབས་  
 ལ་གྱས་པ་ཆེན་པོས་ཐུག་འཆམ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། ། བཙེ་བ་ཆེན་  
 པོས་དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ།

དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་དཀའ་  
 བའི་གནས་རྣམས་ལེགས་པར་བཤད་བྱེད་ནས། ད་ནི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་  
 ལམ་གྱི་རིམ་པའི་དཀའ་བའི་གནས་རྣམས་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ།།  
 འདི་ལ་གསུམ། མཚོད་པར་བཛོད་པ། གཞུང་གོང་འོག་གི་མཆམས་  
 རྒྱུར་བ། གཞུང་དངོས་གྱི་ས་བཅད་འཆད་པའོ། །



ས་བཅད་དང་ཕྱོད་

[illegible]

དཀའ་གནད་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ། རྫོང་འཁུན་དམ་པ། ཞེས་སྐུ་སྐྱུང་།

གཉིས་པ་ལ། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སྒོ་སྒྲ་ཚུགས་ནས་  
 རྒྱུ་རིང་དུ་བསྒྲུབས་པ་ལས། ཞེས་སྟགས་བྱང་། འོན་ཀྱི། དེ་ལྟར་  
 རྒྱུས་བྱ་རྒྱུ་འབྲིང་དང་བྱུ་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྒྲ་སྒྲུབ་ནས། འཁོར་བ་  
 ཐམས་ཅད་ མེ་འབར་བའི་རྒྱབས་ལྟར་མཐོང་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
 ལྷག་བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཐར་པ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་སྒྲ་ལྷགས་དྲག་རྒྱུས་པ་ན།  
 རང་གཅིག་ཕུ་ཐར་པའི་ཆེད་དུ་ལམ་ལ་འཇུག་པར་མི་རིགས་ཀྱི། མ་ཆུན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བའི་ལྷག་བསྐལ་གྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་  
 བསམས་ནས། དེ་དག་སྒྲིལ་བའི་ཁུར་ཁྱེར་ཉེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་  
 འཇུག་དགོས་ཉེ། རང་གཅིག་ཕུ་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་  
 བས་དམན་པའི་ལམ་དུ་ཁྱགས་ཉེ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་བསྐྱབས་ན།  
 འཁོར་བའི་ལྷག་བསྐལ་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་བའི་ཉོན་རང་གི་ཐར་པ་ཅམ་  
 འཐོབ་ཅིང་། དེ་ཡང་མཐོ་རིས་ཀྱི་དཔལ་ལྟར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་མོད།  
 འོན་ཀྱང་སྒྲུབ་བྱ་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ལས་ཉོན་སྒྲིབ་ཅམ་སྒྲུབས་ཀྱང་། ཐེས་  
 སྒྲིབ་མ་སྒྲུབས་པས་སྒྲིབ་བྱ་བ་དང་ཕྱགས་རེ་བ་དང་། ཐོབ་བྱ་གཉིས་ལས་  
 ཐར་པ་ཅམ་ཐོབ་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་པས་



ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་ཕྱོགས་རེ་བ་ཡིན་ལ། རང་དོན་ཆོས་སྤྱོད་མ་ཐོབ་པས་རང་  
 གི་དོན་མ་ཚོགས། གཞན་དོན་གཟུགས་སྤྱོད་མ་ཐོབ་པས་གཞན་གྱི་དོན་  
 ཡང་ཉི་ཆེ་བར་བྱད་ཅིང་། སྤྱི་མངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་བསྐྱངས། སྤྱི་སྤང་བ་བཟུང་། གསུང་གི་འོད་ཟེར་  
 གྱིས་བསྐྱེད་ནས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་འཇུག་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ལང་  
 གཤེགས་ལས། དཔེར་ན་སྤྱི་ཐུགས་པ་ནི། ། ཐུས་འགྱུར་མེད་ན་  
 མངས་པ་ལྟར། ། དེ་བཞིན་དེ་དག་ང་ཡི་སྤྱོད། ། མཐོང་ནས་མངས་རྒྱས་  
 ཆོས་ཐོབ་ བོ། ། ཞེས་དང་། དམ་ཆོས་པད་དཀར་ལས་ཀྱང་།  
 འཁོར་བའི་ཐུག་བསྐྱེད་ཆེ་ལས་ཁྱོད་ཐར་ཡང་། ། ཁྱེད་ནི་དུང་ཐུང་ན་  
 ཡོངས་མ་འདས། ། མངས་རྒྱས་ཐེག་པ་འདི་ནི་བཅའ་བར་ཕྱོགས་ །  
 ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྤྱོད་ལས་ཀྱང་། ཞི་བའི་ལམ་ལ་རབ་ཁྱེགས་པ། །  
 ཐུང་ན་འདས་ཐོབ་འདུ་ཤེས་ཅན། ། དམ་ཆོས་པརྩ་དཀར་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་བཟུང་པ་ཡིས། ། དེ་དག་སྤྱི་འཛིན་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་ །  
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཡོངས་བཟུང་བས། ། ཐེག་པ་མཆོག་ལ་སྤྱོད་མཐོང་  
 པ། ། ཐུང་རྒྱུ་མཆོག་དུ་ཐུང་བཟུང་ཉི། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 མདོ་མེད་རྒྱུན་ལས། སེམས་ཅན་ཆེད་དུ་དམུལ་བའི་སྤྱིད་པར་གནས་པ་  
 ཡི། ། ཐུག་བསྐྱེད་མི་བཟུང་ཅིས་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྱོད་གཞོན་ཕྱིད་མིན། ། ཞི་  
 སྤྱིད་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་གྱིས་ཐེག་པ་དམན་ཁྱེགས་པའི། ། རྩམ་རྟོག་དགོ་བ་  
 རྩམ་རྟོགས་སྤྱོད་ལྟོ་གཞོན་ཕྱིད་ཡིན། ། སྤྱོད་པ་ལྟོ་བར་གནས་  
 པ་དུས་ཀྱི་དུ། ། ཐུང་རྒྱུ་དེ་མེད་ཡོངས་པའི་བར་དུ་གཅོད་ཕྱིད་མིན།  
 ཐེག་པ་གཞན་ལ་རབ་བསེལ་རྩམ་རྟོག་བདག་མན་པ། ། རབ་དུ་བདེ་



བར་གནས་ཀྱང་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དམུལ་བར་ལྷུང་བ་དང་། ཐེག་པ་དམན་པའི་  
 ལམ་དུ་ཁྱགས་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མས་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པ་ཅམ་  
 དམུལ་བར་སྐྱེས་པས་དེ་ཅམ་མི་གཙོད་པར་གསུངས་ཏེ། དམུལ་བར་  
 བསྐྱལ་པའི་བར་གནས་དགོས་བྱུང་ཡང་དེ་ནས་ཐར་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་  
 བསྐྱབས་ན་རི་བཞིན་བསྐྱབ་རྒྱས་ལ། ཐེག་དམན་དུ་ལྷུང་བ་དེས་སྤར་  
 བཤད་པ་ལྟར་སྤོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྟགས་གྱི་  
 དམིགས་རྣམ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གསུངས་པས། དང་པོ་  
 ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་ཁྱགས་པ་ལས་འབྱུང་འགྱུར་གྱིས་ལམ་བཟོད་པ་བྱལ་བར་  
 གསུངས་སོ། ། དེ་ཡང་ཉན་རང་དག་བཙོམ་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཆེར་མེད་པས་  
 གཞན་ལ་སྤོང་རྗེ་སྤྱོད་ཀའ་ཞིང་། བར་བར་དུ་ཞི་བ་ལ་སྤོམས་པར་འཇུག་  
 པ་སྟགས་གྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ།  
 འཕགས་པ་མོའུ་འགལ་གྱི་བྱས། བཅུན་པ། སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་ཟབ་  
 མོ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་གི་སྟོབས་མ་རྒྱུད་དེ། གལ་ཏེ་བདག་གི་སྟོབས་རྒྱུད་  
 པར་གྱུར་ན། བདག་གི་ལུས་ཏིལ་གྱི་བྱེ་མ་ལྟར་བགྱིས་ཀྱང་སྤྲོན་མེད་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ལས་ཕྱིར་མི་སྟོག་པར་འགྱུར་  
 བཞིག་ན། ད་ནི་ཤིང་ཆོག་པ་བཞིན་ཅི་བགྱིར་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཉན་རང་རྣམས་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་བྲིད་པར་མ་མཛད་སྟམ་ན། དཔེར་ན།  
 ཁང་པ་མེར་བ་དུ་འབར་བའི་ནང་དུ་བྱ་ཆ་ལ་སྟགས་པ་རྒྱུད་ནས་ཡོད་པ་ལ།  
 བྱེད་རྣམས་ཕྱིས་པ་བཏྲ་མ་ཤད་པས། ཁང་པ་འདི་ནི་འཇིགས་པ་དང་



བཅས་པ་ཡིན་པས་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱོས་བྱས་ཀྱང་ཅིང་མོས་གཡང་ས་ནས་མི་ཉན་  
 པ་ལ། ཡ་དེ་ཁང་པའི་ཕྱི་རོལ་དུ་འོང་ནས། ཕྱིས་པ་རྒྱམས་ལ། བྱ་  
 དག་འདིར་ཤོག་དང་། འདི་ན་ར་ཡིས་དྲངས་པའི་ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡོད་ཀྱིས་སྤྲུམ་གྱིགས་པ་ལ་གང་དགའ་བ་དག་སྤྱོད་ནས་བྱས་པས། ཕྱིས་པ་  
 དེ་རྒྱམས་དགའ་ཆེས་ནས་ཕྱིར་རྒྱགས་པས་མེ་འབར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་  
 ཐར་ཏེ། ཡ་དེས་རས་དྲངས་པའི་ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་བཞག་ནས་རྩ་སྤྱོད་  
 གྱི་ཤུགས་ཅན་གྱིས་དྲངས་པའི་ཤིང་རྩ་རེ་ཕྱིན་ན། ཡ་དེས་བྱ་རྒྱམས་  
 བསྐྱེལ་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་གྱིས་སེམས་ཅན་འཁོར་  
 བར་ཆགས་པས་དང་པོ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་མི་རྒྱས་པའི་  
 ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་ཅན་རྒྱམས་ཉན་རང་གི་ལམ་དུ་བྱིད་ནས་འཁོར་བའི་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་བསྐྱེལ་པ་ཏེ། དེའི་རྗེས་སུ་བྱོད་ནི་ད་དུང་མཐར་ཐུག་གི་  
 ཐུང་འདས་མ་ཐོབ་པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
 པར་བྱེད་དགོས་སོ་ཞེས་གསུངས་ནས། ཐུང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་སྦྱོད་ཅིང་  
 ཆོགས་གཉིས་ལ་འབད་པར་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་དམ་ཆོས་པད་དཀར་ལས་  
 གསུངས་པ་ཉུར་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་དག་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས། རབ་  
 བཀལ་གཅིག་ལ་རྗེ་བཅང་གཉིས་མིན། དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་ལམ་  
 འཇུག་ ཅེས་གསུངས་པ་ཉུར། སྟོན་པ་ལྟར་པ་རྒྱམས་གྱིས་ནི། དང་  
 པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རྗེ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་ཞལ་ནས། དེའི་ཕྱིར་རང་གཞན་གྱི་ལོགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་འཕྱང་  
 གནས། རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་སྒྲན། བཤེས་པའི་སྒྱེ་པོ་ཀྱན་  
 གྱིས་བསྟོད་པའི་ལམ་ཆེན་པོ། མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། དྲན་



པ་དང་། རེག་པས་ཀྱང་འགོ་བ་ཀུན་གྱི་གསེས་སུ་འགྱུར་བ། གཞན་གྱི་  
 དོན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་པས་རང་གི་དོན་མ་ཆང་བ་མེད་པར་ཞར་ལ་འགྱུར་པའི་  
 ཐབས་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་དུ་ཡོད་པ་ནི་  
 གྱི་མའོ་བདག་གིས་རྟོག་པ་ལེགས་པར་རྟོག་དོ་སྙམ་དུ་བསམས་ནས་སྦྱོར་  
 བུའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་གྱིས་ཐེག་པའི་མཆོག་འདིར་འཇུག་པར་བྱའོ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་ཆོག་པ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་  
 ཡིད་བྱངས་པའི་གུས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ནས་འཇུག་པར་བྱའོ། ། གཞན་  
 མན་རོ་གཅིག་ནི། གཞན་མན་མཐའ་གཅིག་དུ་བསྐྱབ་པའོ། ། རྒྱལ་  
 བའི་རིགས་དང་ལྷན་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་དང་ལྷན་པའོ།  
 གཏུལ་བྱ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས། རང་རྒྱུད་ལ་ཆོས་སྤྱིའི་ས་བོན་ཡོད་  
 པར་རྟོགས་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རྒྱུད་སྤྱིའི་དར་རྒྱུ་ལས། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་རིགས་ཅན་དབང་པོ་རྣམས་པོ་ནི། ཐོག་མར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་དགོས་པ་དང་།  
 ཐོབ་རྒྱས་པ་གཉིས་ཆད་མས་ལེགས་པར་གྲུབ་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 པའི་དམ་བཅའ་འཛིན་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མ་མཐོང་བར་  
 དམ་འཆའ་བ་དབང་པོ་རྒྱལ་པོའི་ལུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ཡང་  
 སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལྷག་བསམ་ནས་པར་དག་པ་དང་བཅས་པའི་བསྐྱེད་རྒྱུ་  
 ལེགས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ལས་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
 དགོས་པར་རྟོགས་ལ། སྟོང་ཉིད་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྟོགས་པ་ལས་ནི་



སངས་ཀྱི་ཐོབ་ཐུག་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། ། དོན་འདི་ལ་དཔག་ནས་  
 དབང་པོ་རྣམས་པོ་ཐར་པ་ཅམ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་ཡང་སྤང་ཉིད་རྟོགས་  
 པ་རྩོན་དུ་སངས་བཏགས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དབང་པོ་རྣམས་པོ་ཐར་  
 རྒྱུ་ཀྱི་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། དེའི་རྩིས་སུ་སྤང་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་  
 པར་བྱེད་པ་རིམ་པ་གསུམ་པས་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་རྒྱུ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་སྒྲན་མེད་པའི་  
 བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་འདོད་དང་། དེ་ཐོབ་ཐུག་པའི་རྒྱུ་ཤེས་དགོས། དེ་  
 ཤེས་པ་ལ་རང་རྒྱུད་ལ་ཆོས་སྤྱི་ས་ཐོན་ཡོད་པར་རྟོགས་དགོས་ཏེ།  
 དཔེར་ན། སའོན་ཡོད་པར་མ་རྟོགས་ན་ལྷ་གྱུ་འབྱུང་རུང་དུ་མི་ཤེས་ཤིང་།  
 དེ་ཤེས་པ་ལ་སའོན་རྟོགས་པ་རྩོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་  
 བྱང་རྒྱུ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཁམས་བདེ་བར་གསེགས་པའི་སྤྱང་  
 པོ་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པར་རྟོགས་པ་གལ་ཆེ་བར་སྤང་བས། རིགས་ཀྱི་རྣམ་  
 གཞག་སྤར་མང་དུ་བཤད་ཟིན་ཅིང་། ད་དུང་ཡང་འདིར་ཅུང་ཟད་  
 འཆད་ན། ཕལ་ཆེན་ལས། ཀྱི་རྒྱུ་བའི་སྤྱིས། བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔའི་རིགས་ཞེས་བའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལྷུང་ལེན་པ། བཅའ་མཁའ་  
 ལྷུང་ཡངས་པ། རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་སྟེ། དེ་ལྷུང་གནས་  
 པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེ་འདས་པའི་སངས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྒྲིལ་པ་ཡིན། མ་འོངས་པའི་སངས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྒྲིབ་པ་ཡིན། ད་ལྷུང་བྱང་བའི་སངས་ཀྱིས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྒྲིལ་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། རྒྱུད་  
 སྤམ་ལས། རྟོགས་སངས་སྤྱི་ནི་འཕྲོ་ཕྱིར་དང་། ། དེ་བཞིན་ཉིད་



དབྱེར་མེད་ཕྱིར་དང་། ། རིགས་ཡོད་ཕྱིར་ན་ལུས་ཅན་གྱི་ན། ། ཉག་ཏུ  
 སངས་རྒྱས་སྒྲིང་པོ་ཅན། ། ཞེས་དང་། ཉན་མོངས་སྤྱབས་ནང་གནས་  
 པ་དེ། ། དཔེ་དག་གིས་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ། སངས་རྒྱས་པད་དན་སྤང་  
 ཅི་སྤང་མ་ལ། ། སྤུང་པ་སྒྲིང་པོ་མི་གཙང་ནང་ན་གསེར། ། ས་ལ་  
 གཏེར་དང་ལྷག་སོགས་འབྲས་རྒྱུ་དང་། ། གོས་རྒྱལ་ནང་ན་རྒྱལ་བའི་  
 སྤྱད་དང་ནི། ། བུད་མེད་དན་པའི་སྟོན་མི་བདག་དང་། ། ས་ལ་རིན་  
 ཆེན་གཟུགས་ཡོད་ཅི་ལྟ་བར། ། སྟོན་བྱར་ཉན་མོངས་དྲི་མས་བསྐྱབས་པ་  
 ཡི། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་ཁམས་འདི་གནས། ། ཞེས་  
 སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་ཡང་ཉན་  
 མོངས་པའི་སྤྱབས་ན་གནས་པ་དྲི་མ་སྟོན་བྱར་བ་ཡིན་པ་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་  
 ལ་མ་ཞུགས་པ་དེ་དཔེ་དག་དག་གིས་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས།  
 དཔེ་དག་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དན་པའི་ནང་ན་ཡོད་པ་དང་།  
 སྤང་ཅི་སྤང་མ་ལ་ཡོད་པ་དང་། འབྲས་བུའི་སྤུང་པའི་དབྱས་ན་སྒྲིང་པོ་  
 ཡོད་པ་དང་། མི་གཙང་བའི་ནང་ན་གསེར་ཡོད་པ་དང་། དབྱལ་པོའི་  
 བྱིམ་གྱི་ས་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་དང་། སྟོན་ཤིང་གི་ལྷ་གྱུ་སོགས་དེ་དག་  
 གི་ས་པོན་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པ་དང་། གོས་རྒྱལ་ནང་  
 ན་རྒྱལ་བའི་སྤྱོད་པ་དང་། བུད་མེད་དན་མའི་སྟོན་མི་བདག་འཁོར་  
 ལོས་སྤྱར་བ་ཡོད་པ་དང་། ས་ཡི་ཁོང་ལ་རིན་ཆེན་གསེར་ལས་བྱས་པའི་  
 གཟུགས་ཡོད་པ་ཅི་ལྟ་བར། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་བྱར་གྱི་ཉན་མོངས་པའི་  
 དྲི་མས་བསྐྱབས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་སྤྱིའི་ས་པོན་ཁམས་རང་  
 བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་འདི་གནས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་ལ་



སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་དོན་བཤད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། དྲི་མ་པར་སྒྲིག་  
 ཆགས་སྒྲུན་མ་མི་གཙང་ས་འབྲས་གོས་རྒྱལ་དང་། ། རྒྱག་བསྐྱལ་འབར་  
 བ་མངོན་པར་གདུངས་པའི་བྱད་མེད་སའི་ཁམས་དང་མཚུངས། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། དྲི་མ་གང་དང་མཚུངས་ཤིང་། པར་དང་། སྒྲིག་  
 ཆགས་དང་། རྒྱན་པ་དང་། མི་གཙང་བ་དང་། ས་དང་། འབྲས་  
 བྱ་དང་། གོས་རྒྱལ་དང་། རྒྱག་བསྐྱལ་འབར་བས་མངོན་པར་  
 གདུངས་པའི་བྱད་མེད་དང་། སའི་ཁམས་དང་མཚུངས་པར་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། ། བསྒྲིབ་བྱེད་དཔེ་དོན་བཤད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། སངས་  
 རྒྱུ་ལྷ་མོ་ཉིང་པོ་གསེར་དང་གཉིར་དང་བྱ་གྲོ་རིན་ཆེན་སྤྱ། ། སྤྱིང་  
 བདག་མཆོག་དང་རིན་ཆེན་གཟུགས་དང་དྲི་མེད་ཁམས་མཆོག་མཚུངས་པ་  
 ཉིད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱི་ས་བོན་ཁམས་  
 བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ཉིང་པོ་གང་དང་མཚུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱུ་ལྷ་  
 སྤྱི་དང་། ལྷ་མོ་དང་། ཉིང་པོ་དང་། གསེར་དང་། གཉིར་  
 དང་། བྱ་གྲོ་དང་། རིན་ཆེན་སྤྱི་དང་། སྤྱིང་བདག་མཆོག་དང་།  
 རིན་ཆེན་གཟུགས་དང་ཆོས་མཚུངས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་གསུང་  
 བོན་ནི། མདོ་མེད་རྒྱུན་ལས། རང་བཞིན་དང་ནི་རྒྱུ་པ་དང་། ། དེ་  
 བཞིན་དང་བཞིན་པ་དང་། ། ཡོད་མེད་ཉིད་དང་ཡོན་ཏན་ནི། །  
 སྒྲིལ་བའི་དོན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་བཞིན་  
 གནས་དེ་གསུང་ནི་ཉིད་དང་། རྒྱུ་ལྷ་མོ་དེ་གསུང་ནི་བཞིན་པ་དང་།  
 དེ་གཉིས་ཀྱང་ཐེག་པ་རང་རང་གི་སྒྲིབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡོད་ཅིང་།  
 མི་སྒྲིབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་མེད་པ་དང་། འདི་ལས་ཡོན་ཏན་སྒྲིལ་བ་ལྟེ་



གྱེལིང་འབྱུང་བས་ན་རིགས་ཞེས་བྱའོ། ། རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི། རྒྱུད་  
 སྒྲུལ་ལས། གཏིར་དང་འབྲས་བུའི་ཤིང་བཞིན་དུ། ། རིགས་དེ་རྣམ་  
 གཉིས་ཤེས་བྱ་ཏེ། ། ཐོག་མེད་རང་བཞིན་གནས་པ་དང་། ། ཡང་དག་  
 སྤངས་པ་མཆོག་ཉིད་དོ། ། རིགས་འདི་གཉིས་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །  
 སྐྱབས་སུ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཡིན། ། དང་པོས་སྐྱ་ནི་དང་པོ་ཏེ། །  
 གཉིས་པ་ཡིས་ནི་ཕྱི་མ་གཉིས། ། ཞེས་གཏིར་དང་པོ་ནས་གནས་པ་  
 བཞིན་དུ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་དང་། འབད་པས་བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུའི་ཤིང་བཞིན་དུ་  
 ཐོས་བསམ་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་གསར་དུ་ཡང་དག་པར་སྤངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 རྒྱས་པ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ལས། ཕྱི་  
 མ་མཆོག་ཉིད་ཡིན་ལ། དང་པོ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གནས་གྱུར་པ་  
 ལས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དང་། གཉིས་པ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གནས་གྱུར་པ་  
 ལས་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་ཏེ་སྐྱ་གསུམ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། ། རིགས་སམ་ཁམས་  
 བསྟན་པའི་དགོས་པ་ནི། རྒྱུད་སྒྲུལ་ལས། སེམས་བྱུང་སེམས་ཅན་  
 དམན་ལ་བརྟན་པ་དང་། ། ཡང་དག་མིན་འཛིན་ཡང་དག་ཆོས་ལ་སྐྱར།  
 བདག་ཆགས་སྟག་པའི་སྒྲིན་ལྷ་གང་དག་ལ། ། ཡོད་པ་དེ་དག་དེ་སྤང་  
 དོན་དུ་གསུངས། ། ཞེས་བྱང་རྒྱུ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གོགས།  
 བདག་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་མེད་པས་སྤྲོན་མེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་མེ་  
 རྒྱས་སྐྱམ་དུ་སེམས་བྱུང་པའི་ཉེས་པ་སྤངས་ནས་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་དུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དང་། བྱང་རྒྱུ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཁ་ཅིག་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པར་མ་རྟོགས་ན།



བདག་གི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ནུས་ལ། སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་མི་ནུས་སོ་སྟེ་  
 ཏུ་སེམས་ཅན་དམན་པ་ལ་བརྟེན་པ་སྤངས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་འདོད་ཀྱི་སྨོན་པ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་  
 དང་། ཡང་དག་པར་གྱུབ་པ་མིན་པའི་ཆགས་སོགས་ཉེས་པ་རྣམས་ཡང་  
 དག་པར་གྱུབ་པ་འཛིན་པའི་སྨོན་འདོགས་དང་། ཡང་དག་པའི་ཆོས་  
 ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 འབྱུང་རུང་ཡོད་པ་ལ་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་བའདེབས་པའི་སྨོན་བསལ་ནས།  
 བདེན་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁོང་ཏུ་ཆུད་པའི་ཆེད་དང་། བདག་ལ་  
 གཅིས་པར་འཛིན་ནས་བདག་ལ་ཆགས་པའི་སྨོན་སྤངས་ནས་བདག་གཞན་  
 བརྗེ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟེ་བའི་ཆེད་ཏུ་གསུངས་སོ། ། ཁམས་ཐོས་  
 པའི་ཕན་ཡོན་ནི། འདི་ལྟར་དེ་ནི་ཐོས་པ་ལས། སྨོན་དང་སྨོན་པ་བཞིན་  
 གུས་དང་། ། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་བྱམས་ཆེན་སྟེ། ། ཞེས་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པར་ཐོས་པ་ལས། རང་ཉིད་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྨོན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སྨོན་པ་  
 བཞིན་ཏུ་གུས་པ་དང་། ཉེས་པ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྱུབ་པར་ཤེས་  
 པའི་ཤེས་རབ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟེ་རུང་ཏུ་རྫོགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ། ། རིགས་ཀྱི་  
 ཉེས་དམིགས་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་  
 བ། ད་ཏུང་ཏུ་ཡང་སངས་ཅའི་ཕྱིར་མ་རྒྱས་སྟེ་མ་ན། དེ་ནི་རིགས་ཀྱི་  
 ཉེས་པ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་ཉེ། མདོ་མེད་ཀྱི་ལས། ཉོན་མོངས་  
 གོམས་དང་གྲོགས་ངན་དང་། ། མོངས་དང་གཞན་གྱི་དབང་ཉིད་དང་།

མདོར་ན་རིགས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་ནི། ། རྣམ་པ་བཞི་རུ་ཤེས་པར་བྱ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ། རིགས་སང་པའི་ཉེས་ནི། ། སྦྱར་བའི་སྒྲིབ་ཏུ་  
 ཉིང་རྩེ་དང་། ། སྦྱོས་པ་དང་ནི་བཟོད་པ་དང་། ། དགེ་བ་ཡང་དག་  
 སྦྱོད་པ་ནི། ། རིགས་ཀྱི་ཉེས་སུ་ངེས་པར་བཤད། ། ཅེས་པ་ལྟར་རོ།  
 རིགས་སང་པའི་ཡན་ཡོན་ནི། ། དེ་ཉིད་ལས། ། རིང་མོ་ཞིག་ན་ངན་སྤང་  
 དུ། ། འགྲོ་ཞིང་ལྷུར་དུ་ཐར་བ་དང་། ། དེ་ན་འང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་  
 སྦྱང་། ། སྦྱོབ་ཅས་སེམས་ཅན་སྒྲིབ་པར་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། ། རང་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
 ཉིང་པོ་མེད་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་མཐོང་བ་ལ་སྦྱོབ་པར་མི་འགྱུར་  
 ཞིང་། ། ཐར་པ་ལ་འདོད་པ་དང་དོན་གཉེར་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ། རྒྱུད་  
 སྒྲུལ་ལས། ། གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཁམས་མེད་ན། ། སྤྱག་ལ་སྦྱོབ་པར་མི་  
 འགྱུར་ཞིང་། ། ལྷ་ངན་འདས་ལ་འདོད་པ་དང་། ། དོན་གཉེར་སྒྲིབ་  
 པའང་མེད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ། དེས་ན་རང་རྒྱུད་  
 ལ་རིགས་ཡོད་པས་འཁོར་བ་ལ་སྦྱོབ་དང་། ། ཐར་པ་ལ་དོན་གཉེར་སྤྲོས་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ། མདོར་ན་སེམས་ཅན་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ངེས་ཡིན་  
 པས་བྱབ་ཏེ། ། དེ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་ལྡན་པས་བྱབ་པའི་  
 ཕྱིར། ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་ལྡན་ཡང་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་དང་ལྡན་  
 པས་མ་བྱབ་ཏེ། ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་དང་ལྡན་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སང་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། ། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་དང་པོ་  
 ཉིད་ནས་རིགས་ནས་འབྲིད་པ་དང་། ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སང་དགོས་  
 པས། ། རིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདི་དག་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་ནས་



ཅུང་ཟད་སྒྲིམ་ཏེ་བཤད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པར་ནི་རྒྱུད་སྒྲུ་ཆ་འགྲེལ་སྒྲིམ་  
 ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། བཟིང་བཀའ་ནི། གཟི་བཟིང་། རྒྱུས་བུའི་ཆ་ལ་  
 ནི། སྒྲིབ་ས། རྒྱ་ཁམ་འགའ་ཏ་ནི། རྒྱ་ཁམ་འགའ་ཅམ། རྒྱར་ལ་  
 མི་ཅེག་པ་ནི། རྒྱར་བ་ལ་མི་འཆོར་བ། མཐོང་བ་སྒྲིམ་གྱི་དོན་ནི།  
 བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་གྱི་དོན་སྒྲོ་ཡིས་མཐོང་བ་དང་། དེའི་སྒྲུ་ན་བར་ཐོས་པ་  
 དང་། དེའི་དོན་ཡིད་གྱིས་དྲན་པའོ། ། རེག་པ་ནི། བྱང་རྒྱུ་གྱི་  
 སེམས་རྒྱུད་ལ་རྒྱུས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ། ཡར་ཕྱོན་བཟུས་པ་ནི་སྒྲིབ་  
 དཔོན་དཔལ་ལོས་མཛད། ༥

ས་བཅད་གཉིས་པ།

ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་

བཟུན་པའི་སྐབས་གྱི་དཀའ་

གནད་བཤད་པ།

གསུམ་པ་གཞུང་དངོས་གྱི་ས་བཅད་འཆད་པ་ལ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱུས་  
 བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒྲོ་སྒྱུང་བ་ལ་གསུམ། ཞེས་སྒྲིམ་བྱང་།  
 དེ་ལ་དགོ་བཤེས་པོ་ཏོ་བའི་གསུང་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། དཔེར་ན། མི་  
 གཅིག་གིས་དུག་དང་། སྒྲན་དང་། ཟས་གསུམ་ཀ་ཐོས་ན། སྒྲན་པ་  
 མཁས་པ་ཞིག་ལ་བཞིན་ནས་སྒྲན་པ་དེས་དུག་གང་ཡིན་པ་དེ་རྒྱུག་ཏུ་བཅུག་  
 ཟས་གང་ཡིན་པ་སྒྲན་དུ་བཟུར། སྒྲན་གང་ཡིན་པ་འཆི་མེད་གྱི་བདུད་  
 ཅིར་བཟུར་བ་བཞིན་དུ། རྒྱུས་བུ་རྒྱུང་བུའི་སྐབས་སུ་སྒྲན་བྱས་གྱི་ཐེག་

ལྟུང་ལ་ བཤགས་ བསྐྱམས་ རྣམ་ དག་ བྱས་ པས་ དུག་ རྒྱུག་ ཏུ་ བཅུག་ པའི་  
 གདམས་པ་ལྟ་བུ་དང་། འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་ཟས་དང་འདྲ་བའི་འཁོར་  
 བར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཟིན་  
 པར་བྱས་ནས་ཐར་པའི་རྒྱར་བསྐྱར་བར་བྱས་པས། ཟས་སྒྲན་དུ་བསྐྱར་  
 བའི་གདམས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། རྒྱུས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་དགོ་བ་མཐའ་  
 དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱར་རྒྱར་  
 བར་བྱེད་པས་སྒྲན་འཆི་མེད་ཀྱི་བདུད་རྩིར་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུའི་གདམས་པ་  
 ཡིན་པས་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཆུང་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་ལ་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་  
 ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ནི་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཉིད་  
 ཡིན་ལ། དེ་ཐོབ་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དགོས། དེ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཡང་ཡང་བསམས་ནས་སྟོ་ཤུགས་  
 འཕེལ་བ་ཞིག་དགོས་པས། དེའི་ཆུང་ནི་སྤང་པོ་བཀོད་པ་ལས།  
 རིགས་ཀྱི་བྱ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་  
 བོན་ལྟ་བུའོ། ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་དཀར་པོ་རྣམ་པར་འཕེལ་  
 བར་བྱེད་པས་ཞིང་ལྟ་བུའོ། ། འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་རྟེན་པས་ས་ལྟ་  
 བུའོ། ། དབུལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་གཙོད་པས་རྣམ་ཐོས་ཀྱི་བྱ་  
 ལྟ་བུའོ། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤྱང་བས་ས་ལྟ་  
 བུའོ། ། དོན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པས་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ཚོར་བའི་  
 རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའོ། ། བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་  
 བུམ་པ་བཟང་པོ་ལྟ་བུའོ། ། ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ཕམ་པར་བྱེད་པས་  
 མདུང་བྱང་ལྟ་བུའོ། ། ཆུང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འགོག་པས་



གོ་ཆ་ལྟ་བུའོ། ། ཉན་མངས་པའི་མགོ་ལྟང་བར་བྱེད་པས་རལ་གྱི་ལྟ་བུའོ།  
 ཉན་མངས་པའི་ཤིང་གཅོད་པས་ལྟ་རེ་ལྟ་བུའོ། ། གཙེ་བ་ཐམས་ཅད་  
 ལས་སྐྱབ་པས་མཆོད་ཆ་ལྟ་བུའོ། ། ལམས་བའི་ཆུའི་ནང་ན་གནས་པ་  
 ཉིང་དུ་འབྱེན་པས་མཆིལ་པ་ལྟ་བུའོ། ། གླིང་པ་དང་ཁེབས་པའི་ཆ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ནམ་པར་འཐོར་བར་བྱེད་པས་རྒྱང་གི་དཀྱིལ་ལམས་ལྟ་བུའོ།  
 བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་དང་སྤོན་ལམ་ཐམས་ཅད་བཟུས་པའི་ཕྱིར་  
 མདོར་བཟུན་པ་ལྟ་བུའོ། ། ལྟ་དང་མེད་དང་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་  
 མཆོད་པས་མཆོད་རྟེན་ལྟ་བུའོ། ། རིགས་ཀྱི་བྲ། དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་། གཞན་ཆོད་  
 མེད་པ་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་བཟོད་དུ་མེད་པའི་ཡང་བཟོད་དུ་མེད་པ་  
 དང་ལྟན་པ་ཉི། སེམས་ཅན་གང་གིས་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་རྒྱབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོས་དེ་ལྟ་བུ་དང་  
 ལྟན་པར་གྱུར་ཏོ། ། ལྟན་པར་འགྱུར་རོ། ། དེ་བས་ན་རིགས་ཀྱི་བྲ།  
 དེ་ལྟར་ཁྱོད་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་དུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་དེ། ཡོན་ཏན་འདི་དག་རབ་དུ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱང་རྒྱབ་  
 སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་ཡང་སྤྱུ་འཆོལ་བ་ནི། ཁྱོད་ཀྱིས་ཐོབ་པར་བྱ་བ་  
 ལེགས་པར་ཐོབ་ བོ། ། ཞེས་དང་། རིགས་ཀྱི་བྲ། མདོར་ན།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རི་སྟོད་དུ་  
 བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཡོན་ཏན་དང་ལེགས་པ་ཡོད་པར་བཟོའོ། ། ཞེས་  
 དང་། སྤྱད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། རིག་པ་སྤྱོད་སེམས་ཆོད་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ།  
 དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་མིན་པ། ། དགོ་གཞན་གང་གིས་ཟིལ་

གྲིས་གཞོན་པར་འགྱུར། ། བསྐྱལ་པ་དུ་མར་རབ་དགོངས་མཛད་པ་ཡི།  
 ཐུབ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་ཕན་པར་གཟིགས། ། འདིས་ནི་ཆད་  
 མེད་སྤྱི་པོའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱིས། ། བདེ་མཆོག་བདེ་སྤྱག་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་  
 ཟེད། ། སྲིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བརྒྱ་ཕྱག་གཞིམ་འདོད་ཅིང། ། སེམས་  
 ཅན་མི་བདེ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང། ། བདེ་མང་བརྒྱ་ཕྱག་སྦྱོད་པར་  
 འདོད་པས་ཀྱང། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་རྟག་རྟག་ཏུ་མི་བྱ། ། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་སྤྱིས་ཀྱུར་ན་སྐད་ཅིག་གིས། ། འཁོར་བའི་བཙོན་རར་  
 བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་རྣམས། ། བདེ་གསེགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྱས་ཞེས་  
 བརྗོད་བྱ་ཞིང། ། འཇིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། །  
 གསེར་འགྱུར་ཅི་ཡི་རྣམ་པ་མཆོག་ལྷ་བྱ། ། མི་གཅང་ལུས་འདི་སྤངས་  
 བས་རྒྱལ་བའི་སྤྱ། ། རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྐྱུར་བས་ན། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་བརྟན་བྱངས། ། འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་  
 གཅིག་ཕྱ་ཆད་མེད་སྒྲོས། ། ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་རིན་ཆེ་བས།  
 འགྲོ་བའི་གནས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་རྣམས། ། རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་ལེགས་བརྟན་པར་བྱངས། ། དགེ་བ་གཞན་ཀྱང་ཆུ་ཤིང་བཞིན་དུ་  
 བློ། ། འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད། ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་ཤིང་རྟག་པར་ཡང། ། འབྲས་བུ་འབྱེན་པས་མི་ཟད་  
 འཕེལ་བར་འགྱུར། ། རྟོག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བྱས་ན་ཡང། ། དཔལ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟར། ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུད་ཀྱིས་  
 སྒྲོལ་འགྱུར་བ། ། དེ་ལ་བཀག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་མི་བརྟེན། ། དེས་ནི་  
 དུས་མཐའི་མི་བཞིན་རྟོག་ཆེན་རྣམས། ། སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་



གྲིག་པར་བྱེད། ། དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག ། བྱམས་  
 མགོན་སློང་དང་ལྷན་པས་ནོར་བཟང་བཤད། ། ཅེས་དང་། ལོང་བས་  
 བྱག་དར་ཕྱང་པོ་ལས། ། ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་ལྟར། ། དེ་བཞིན་  
 ཅི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་ནས། ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་འདི་བདག་ལ་སྟེས། ། འགྲོ་  
 བའི་འཆི་བདག་འཇོམས་བྱེད་པའི། ། བདུད་ཅི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ།  
 འགྲོ་བའི་དབྱལ་བ་སེལ་བ་ཡི། ། མི་ཟད་གཏེར་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ། །  
 འགྲོ་བའི་ནད་རབ་ཞི་བྱེད་པའི། ། སྤུངས་ཀྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ། །  
 སྤྱིད་ལམ་འབྱམས་ཤིང་དུ་བ་བ་ཡི། ། འགྲོ་བའི་ངལ་གསའི་སྤྲོན་ཤིང་ཡིན།  
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས། ། སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་སྤྱི་སྟོགས་ཡིན།  
 འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་བའི། ། སེམས་ཀྱི་རྩལ་བ་ཤར་བ་ཡིན།  
 འགྲོ་བའི་མི་ཤེས་རབ་རིབ་དག ། དབྱེས་འབྱེན་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཡིན།  
 དམ་ཆོས་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས། ། མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་ཕྱུང་བ་ཡིན། །  
 འགྲོ་བའི་འགྲོན་པོ་སྤྱིད་པའི་ལམ་རྒྱ་ཞིང་། ། བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བར་འདོད་པ་ལ། ། འདི་ནི་བདེ་བའི་མཆོག་ཏུ་ཉེར་གནས་ཏེ། །  
 སེམས་ཅན་མགོན་ཆེན་ཆོམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། ། བདག་གིས་དེ་རིང་སྦྱོབ་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ། སྤུངས་ལྟར་འགྲོ་བ་བདེ་གསེགས་ཉིད་དང་ནི། །  
 བར་དུ་བདེ་ལ་མགོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས། ། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལ་སྐྱེས་  
 དག་འབར་གྱིས། ། ཞེས་དང་། ཇི་ཅིང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཉམས་མཁུར་  
 ལས་ཀྱང་། སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟེ། ། རྒྱབས་  
 ཆེན་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་དང་ཉིན། ། ཆོགས་གཉིས་ཀུན་ལ་གསེར་  
 འགྱུར་ཅི་ལྟ་བུ། ། རབ་འབྱམས་དག་ཆོགས་སྤྱོད་པའི་བསོད་ནམས་

གཏེར། ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་དཔའ་པོ་རྣམས། ། རིན་ཆེན་  
 སེམས་མཆོག་གི་ཐུགས་དམ་མཐིལ་དུ་འཛིན། ། རྣམ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་  
 ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། ། ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་  
 འཆལ་ལོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་  
 གདམས་པའི་གཞུང་སྤྱོད་འཇུག་གིས། བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།  
 མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེ་གུར་ཅིག ། སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་། །  
 གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག ། ཅས་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 འཆད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རང་  
 རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལེན་གསུམ། སྐྱེས་པ་མི་  
 ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ལེན་གསུམ། དེའི་རྒྱན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་  
 བར་བྱེད་པའི་ལེན་གསུམ། དེ་ལྟར་སྤེལ་བའི་འབྲས་བུ་གཞན་དོན་དུ་  
 བསྐྱོད་དང་སྒྲོན་ལམ་བྱ་བའི་ལེན་གཅིག་སྟེ། ལེན་བཅུའི་དོན་ས་བཅད་  
 བཞིར་བསྐྱུས་ཏེ་འཆད་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྒྲིང་པོ་ནི་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུ་རྒྱུང་འབྱིང་དང་ལྷན་  
 བསམ་གྱི་བར་གྱི་ལམ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་འགྲོ་དང་། བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་ལམ་གྱི་དངོས་གཞི། སྤྱོད་པ་ཕྱིན་དུག་དང་། བསྐྱེད་  
 བཞི་དང་། ལམ་རིམ་པ་གཉིས་སོགས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གོང་ནས་  
 གོང་དུ་འཕེལ་བའི་བསྐྱེད་བྱ་ཡིན་ནོ། ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 རང་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པ་རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྣམ་  
 མཁའ་གར་བྱུང་ལ་སེམས་ཅན་གྱིས་བྱལ། སེམས་ཅན་གྱིས་གར་བྱུང་ལ་  
 རྒྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་བྱལ། རྒྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་གར་བྱུང་ལ་སྒྲིང་རྗེས་བྱལ།



སྒྲིང་རྗེས་གར་ཁྱབ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་པའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་ཤིན་ཏུག་ལ་ཆེ་ཆུང་ཡང་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། དེ་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་  
 འཇུག་དགོས་ན་འཇུག་པའི་སྒྲིག་ངན་ས་ཡིན་སྟེ་མ་ན། དེ་ལ་རྒྱལ་བས་པ་  
 རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དང་། གསང་སྤྲུག་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 གཉིས་གསུངས་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་མེད་དོ། །  
 དེ་གཉིས་གང་གི་སྒྲིག་འཇུག་ཀྱང་འཇུག་སྒྲིག་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་རྒྱུད་ལ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་གཞན་གང་ཡང་མ་སྐྱེས་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་པར་  
 འཇོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་ནམ་བུལ་བ་ན་སྒྲིང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལ་  
 སྤྲུག་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་ཉན་ཐོས་ལ་སྤྲུག་པའི་སར་ལྷུང་ཞིང་  
 ཐེག་ཆེན་ལས་ཉམས་པ་ཡིན་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བའི་གཞུང་དུ་མ་ལས་  
 གསུངས་ཤིང་རིགས་པས་ཀྱང་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་དང་པོར་ཐེག་  
 ཆེན་པར་རྒྱུད་པ་ཡང་སེམས་དེ་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་འཇོག་ལ། ཕྱིས་ཐེག་  
 ཆེན་པའི་ནང་ནས་འཐོན་པ་ཡང་དེ་དང་བུལ་བ་ཅམ་གྱིས་འཇོག་པས་ན།  
 ཐེག་ཆེན་པ་ནི་སེམས་དེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཞྭ་གཉིད་དོ། ། ཞེས་  
 དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཙ་བ་རྒྱུགས་མི་རྒྱུགས་དང་། ཐེག་ཆེན་པའི་  
 གསེབ་ཏུ་བཅོས་མ་མིན་པར་རྒྱུད་མི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་འདི་ལ་བྱུག་འཇུག་  
 པས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་འདི་ལ་སློབ་སྦྱོང་ཅི་བྱུང་བལྟས་ལ། སྐྱེས་ན་ནི་  
 ལེགས། མ་སྐྱེས་ན་འང་དེ་ལྟར་མི་བཟང་པར་དེ་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་དགོ་  
 བཤེས་ལ་ཉག་ཏུ་བཞེན། དེ་ལྟར་སློབ་སྦྱོང་བའི་གྲོགས་དང་ཉག་ཏུ་  
 འགྲོགས། དེ་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དང་དགོངས་འགྲེལ་ལ་བལྟ།  
 དེའི་རྒྱུར་ཆོགས་གསོག་ དེའི་གོགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྤུངས། རང་ཡང་དེ་

ལྟར་དུ་སྒྲོ་སྒྲུང་སྐྱེས་པོ་ཆང་བར་ཐེབས་ངེས་པས་ལས་དོན་མི་ཆུང་ཞིང་  
 དགའ་བར་རིགས་ཏེ་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས། ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྒྲོ་ར་འཇུག་འདོད་  
 པས། ། ལུན་སེལ་གཏུང་བ་ཞི་བྱེད་པ། ། ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས། ། བསྐྱལ་པར་འབད་པས་སྒྲི་ཡང་རུང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། ། ཞེས་དང་། ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་ཇོ་བོ། དུས་ན་མ་ཞིག་ན་  
 ང་དང་མ་མཇལ་བེར་བའི་འགྲོད་པ་ཅན་བྱང་ནའང་བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམས་དང་། ཡ་ཏི་ཤ་དང་མཇལ་ཀྱང་གདམ་ངག་འདི་  
 ལས་མེད་ཀྱིས་གསུངས། ཕོ་ཏོ་བའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ང་དང་དགེ་  
 བཤེས་སྟོན་པ་དང་ཇོ་བོ་རྩེ་དང་མ་ཐུད་སྒྲུམ་པའི་མུ་ངན་བྱེད་པ་ཡོད་ན་ཡང་  
 ཁ་ཆེམས་འདི་ལས་མེད། ཚུལ་བྱིམས་གཞིར་བྱས་ནས་བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམ་པ་འདི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་ཡིན། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
 ལ་གསར་དུ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཞུགས་ཟིན་པའི་རྩེས་སྤྱའང་  
 ཉམས་ལེན་གྱི་མཐེལ་དུ་བྱས་ཏེ་སྒྲིང་བ་གཞིར་བབྱང་ནས་ས་ལམ་གོང་མ་  
 རྣམས་བཀྲོད་དགོས་པ་ཡིན་ལ། སེམས་འདིའི་ཕྱིས་མ་ཟིན་ན་ལྟ་བ་  
 བསྒྲོམ་པ་དང་། ཅ་ཆུང་ཐེག་ལའི་ནལ་འཕྱོར་དང་། བསྐྱེད་རྩོགས་  
 དང་ལྟ་བསྒྲོམ་པ་སོགས་ལ་ཅི་ཅམ་འབད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་དྲི་  
 ཅམ་ཡང་མེད་པས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གྲལ་དུ་ཆུད་པར་འདོད་ན་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་མ་མེན་པ་ཞིག་སྒྲི་བའི་ཐབས་ལ་སྒྲོ་སྒྲུ་ཆོགས་ནས་རུས་  
 པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱ་དགོས་སོ། ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི། ཆེན་པོ་  
 བདུན་དང་ལྟན་པས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མདོ་སྡེའི་རྒྱན་ལས།



དམིགས་པ་ཆེ་བ་ཉིད་དང་ནི།     ། དེ་བཞིན་སྐྱབ་པ་གཉིས་དག་དང་།  
 ཡེ་ཤེས་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པ་དང་།     ། ཐབས་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པ་དང་།  
 ཡང་དག་འགྲུབ་པ་ཆེན་པོ་དང་།     ། སངས་རྒྱས་འཕྲིན་ལས་ཆེན་པོ་སྟེ།  
 ཆེན་པོ་འདི་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར།     ། ཐེག་ཆེན་ཞེས་ནི་ངེས་པར་བརྗོད།  
 ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།     ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་  
 དམིགས་པའི་དམིགས་པ་ཆེ་བ་དང་།     རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་སྐྱབ་  
 པའི་སྐྱབ་པ་ཆེ་བ་དང་།     བདག་མེད་གཉིས་ཀ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆེ་བ་  
 དང་།     བསྐྱལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་ལམ་ལ་བརྩོན་པའི་རྩོམ་པ་ཆེ་བ་  
 དང་།     ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་བྲལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཆེ་བ་དང་།  
 ལྷོབས་བརྩུ་འགྲུབ་པའི་ཡང་དག་འགྲུབ་པ་ཆེ་བ་དང་།     སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 འཕྲིན་ལས་ཆེ་བ་ཐོབ་པའི་འཕྲིན་ལས་ཆེ་བ་སྟེ།     ཆེན་པོ་བདུན་དང་ལྷན་  
 པའོ།     ། དེ་གཉིས་གང་དུ་འཇུག་ཀྱང་འཇུག་སྟོན་གྱི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ཁོ་  
 བ་ཡིན།     ཞེས་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་གསང་སྟགས་ཀྱི་འཇུག་སྟོན་གསུངས་  
 པའི་དོན་ནི།     བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་མེད་ན་གསང་སྟགས་པའི་གྲལ་དུ་མི་  
 རྟོག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི།     བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་གསང་  
 སྟགས་པའི་གྲལ་དུ་རྟོག་ཅེས་པའི་དོན་མིན་ཅོ།     ། དེས་ན་མཁས་གྲུབ་  
 སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར།     སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གསང་  
 སྟགས་ཐེག་པའི་ལམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ལྟར་དུ་འཐོབ་པར་དམ་བཅའ་བའི་  
 སེམས་བརྟེན་བཅོས་མ་མིན་པ་རྟེན་ལ་སྐྱེས་པའི་ཆོ་སྟགས་ལམ་དུ་ཁྱགས་  
 པར་བཞག་ན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པར་འགྲོའམ་སྟུམ།

• 22 •



རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་པ་མེད་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་མི་ཚུད་ལ། ལན་ཅིག་སྒྲིམ་  
 ཀྱང་ཉམས་ན་དེ་མ་ཁད་ཐེག་ཆེན་པོའི་ནང་ནས་འཕྱེད་པར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། ། དེ་བས་ན་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་པ་གང་ལ་བྱ་བའི་གཞི་མདོ་སྡེ་དང་  
 བརྒྱད་སྡེ་སྟགས་ཀྱི་ཆོག་དོན་མན་ངག་རིམ་འདྲ་བའི་ཟབ་མོ་ཞིག་ཡིན་དུ་བློན་  
 ཀྱང་། ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་པ་བྱེད་པ་པོའི་གང་ཟག་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བར་  
 ཚུད་མི་ཚུད་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་པ་མ་ཉམས་པར་  
 ཡོད་མེད་འབའ་ཞིག་གིས་འཛིན་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། བདེར་  
 གསེགས་ཀྱི་དོན་ནི་སྤར་རྒྱས་པར་བཤད་བྱེད་ཀྱང་འདིར་མདོར་བསྟུས་ཅམ་  
 བཤད་ན། བདེར་གསེགས་ཀྱི་སྤང་དོད་སྤྱུག་ཏའི་སྤྱུ་སྤངས་པ་དང་།  
 རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་བཤད་དུ་ཡོད་པས། སྤངས་པ་ལུན་ཆོགས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་ནི། སྒྲིམ་བྱ་གཟུགས་ལེགས་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱོད་པ་  
 ཟེད་པར་སྤངས་པས་ལེགས་པ་འམ་མཛེས་པར་གསེགས་པ་དང་། རིམས་  
 ནད་ལེགས་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སྤར་ལའོར་  
 བར་མི་ལྷོག་པར་གསེགས་པ་དང་། བྱམ་པ་ལེགས་པར་གང་བ་བཞིན་དུ་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་ཟེད་པར་སྤངས་པས་མ་ལུས་པར་  
 གསེགས་པས། བདེ་བར་གསེགས་པའོ། ། མདོར་ན། བདེ་བ་ནི་  
 ལེགས་པ་སྟགས་དང་། གསེགས་པ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་སོན་པའོ།  
 དེ་གསུམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བྱ་རྒྱུ་པའི་ཆོགས་བྱལ་དང་། རྒྱན་  
 རྒྱགས་ཕྱིར་འོང་སྟགས་དང་། དམན་པའི་དགྲ་བཙོན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་  
 བྱས་པའོ། ། རྟོགས་པ་ལུན་ཆོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། བདག་མེད་  
 པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོན་ཉིད་མདོན་སྤྱུམ་དུ་མཁྱེན་པ་དང་། མཁྱེན་པ་བརྟན་

པ་དང་། མ་ལུས་པར་མཁུན་པས་བདེ་བར་གསེགས་པའོ། ། དེ་དག་  
 གིས་ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་གསུམ་ལས་བྱད་པར་དུ་བྱས་སོ། །  
 ཐེག་མཆོག་ལ་མོས་ས་ཐོན་ཤེས་རབ་ནི། ། སངས་རྒྱས་ཆོས་སྦྱེད་མ་དང་།  
 ཞེས་པའི་དོན་ནི། ཐེག་པ་མཆོག་ལ་མོས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སྤྲན་  
 མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སྦྱེད་པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་པའི་ས་ཐོན་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 ལ། སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྦྱེད་པའི་བྱན་  
 མོང་པའི་རྒྱ་མ་དང་འདྲ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། མ་ནི་ཤེས་རབ་པ་ནི་ཐབས།  
 ཞེས་བཤད་པ་ལྟར། སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་  
 གའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བྱན་མོང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་མ་ལྟ་བུ་དང་། ཐབས་ནི་བྱན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་པ་ལྟ་བུར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན།  
 ཡལོད་ལ་ནི་བྱ་རྒྱ་དང་རྟོར་ལ་སོགས་པ་སྦྱེ་མི་སྤྱད་པས་པ་ནི་བྱའི་རིགས་  
 རེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། ཡལོད་ལས་ནི་བྱ་མཆོག་པ་སྦྱེ་བས་བྱན་མོང་གི་  
 རྒྱར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་བྱ་བ་བཟུང་བྱི་དོར་ལས། དེ་  
 ཡང་ས་རྒྱ་ལྱང་རྟོད་གསེར་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྲས་ཀྱི་ས་ཐོན་དང་ཆོགས་ན་  
 འབྲས་ཀྱི་ལྷ་གའི་རྒྱ་བྱེད་ཅིང་། བས་དང་སྤྲན་མ་ལ་སོགས་པའི་ས་ཐོན་དེ་  
 དང་དེ་དག་དང་ཆོགས་ན། དེ་དང་དེའི་ལྷ་གའི་རྒྱ་བྱེད་པས་རྒྱ་བྱན་མོང་  
 བ་ཡིན་ལ། བས་ཀྱི་ས་ཐོན་ནི་རྒྱེན་གང་དང་ཆོགས་ཀྱང་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་གའ་  
 སོགས་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་མི་སྤྱད་ཀྱི། བས་ཀྱི་ལྷ་གའི་ཐོན་པའི་རྒྱར་རེས་ཤིང་།  
 བས་དེ་དང་ཆོགས་པའི་སྤྱབས་ཀྱིས་ས་རྒྱ་ལྱང་ལ་སོགས་པ་ན་མས་ཀྱང་བས་  
 ཀྱི་ལྷ་གའི་རྒྱར་རྒྱར་བར་བྱེད་དོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་ནི། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཐོན་དང་མཆུངས་པ་བྱན་





ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་དེ་ལས་ནི། ། ཞེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ཐེག་པ་སྟོན་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྡེ་སྟོན་དེ་ལས་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྟོན་ལམ་དང་། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་སྟགས་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱུང་གྱི་  
 སྟོན་པ་དང་། ཡོངས་སུ་བསྟོར་བ་སྟགས་མ་བཤད་པ་དེས་ན་ཐེག་དམན་གྱི་  
 སྡེ་སྟོན་ནས་བཤད་པའི་དོན་ཅམ་ཞིག་ཉམས་སུ་བྲངས་པས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ། རྟོག་པས་  
 སྟོན་ལ་མི་གནས་ཤིང་། ། ཞེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། འཁོར་བའི་ཉེས་  
 དམིགས་ཤེས་པའི་ལམ་གྱིས་སྟོན་པའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་ཤིང་། སྟོང་རྗེ་  
 ཆེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞི་བ་མུང་འདས་ཀྱི་མཐའ་ལ་མི་གནས་ཞེས་པའི་དོན་  
 ནོ། ། འོ་ན་འདིར་བསྟན་སྟོན་ཞིའི་མཐའ་དེ་གང་ཞི་ན། འདི་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། འདིར་བསྟན་ཀྱང་རྫོག་ལ་བསྟོས་ཏེ་སྟོན་ཞིའི་མཐའ་ངོས་  
 བབྱང་བ་དང་། འདིར་བསྟན་དོན་དམ་ལ་བསྟོས་ཏེ་སྟོན་ཞིའི་མཐའ་  
 ངོས་བབྱང་བ་དང་། འདིར་བསྟན་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་བསྟོས་ཏེ་སྟོན་  
 ཞིའི་མཐའ་ངོས་བབྱང་བའོ། ། དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ན། འདིར་  
 བསྟན་ཀྱང་རྫོག་ལ་བསྟོས་པའི་སྟོན་མཐའ། ཚུ་རོལ་གྱི་མཐའ། འཁོར་  
 བའི་མཐའ། ཉག་མཐའ་ནམས་དོན་གཅིག་ དཔེར་ན་ལས་དང་ཉོན་  
 མངས་པའི་དབང་གིས་ཡུན་རིང་པོར་ཉིང་མཆོམས་སྟུར་བ་ལྟ་བུ།  
 འདིར་བསྟན་ཀྱང་རྫོག་ལ་བསྟོས་པའི་ཞི་མཐའ། ཡ་རོལ་གྱི་མཐའ།  
 མུང་འདས་ཀྱི་མཐའ། ཆད་མཐའ་ནམས་དོན་གཅིག་ དཔེར་ན།  
 སྟོན་པར་སྟེ་བ་ཆད་ཅམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་མུང་འདས་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་  
 འདིར་བསྟན་དོན་དམ་ལ་བསྟོས་པའི་སྟོན་ཞིའི་མཐའ་ནི། ཉག་པ་



མཐའ་བཟུང་གི་སྒོ་ནས་འཁོར་བ་བདེན་གྱུ་བ་དོན་དམ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་  
 མཐའ་དང་། ཟུང་འདས་བདེན་གྱུ་བ་དོན་དམ་ལ་བསྟོས་པའི་ནི་མཐའ་  
 འཛིག་ འཁོར་བ་ལ་དོར་བྱར་བདེན་པར་ཞེན་པའི་བདེན་འཛིན་དོན་  
 དམ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་དང་། ཟུང་འདས་ལ་སྤང་བྱར་བདེན་  
 པར་ཞེན་པའི་བདེན་འཛིན་དོན་དམ་ལ་བསྟོས་པའི་ནི་མཐའ་ཡིན་ཞེས་  
 ལམ་སྒྲིགས་ལས་བཤད། གསུམ་པ་འདིར་བསྟན་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་  
 བསྟོས་པའི་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ནི། སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་ལ་མཐའ་གཅིག་རྒྱ་དོར་  
 བྱར་ཞེན་པ་འདིར་བསྟན་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་ཡིན།  
 སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་ཆད་ཅམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་ཟུང་འདས་ལ་མཐའ་གཅིག་རྒྱ་སྤང་  
 བྱར་ཞེན་པ་འདིར་བསྟན་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་བསྟོས་པའི་ནི་མཐའ་ཡིན།  
 འདིར་བསྟན་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ནི། ཉན་རང་  
 དགྲ་བཅོམ་རྣམས་འདིར་བསྟན་ཀུན་རྫོབ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་ལ་མི་  
 གནས་ཤིང་ནི་མཐའ་ལ་གནས། ཉན་རང་སློབ་པ་འཕགས་པ་རྣམས་  
 འདིར་བསྟན་ཀུན་རྫོབ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་ལ་གནས་ཤིང་། ནི་  
 མཐའ་ལ་མི་གནས། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་རྣམས་འདིར་བསྟན་ཀུན་  
 རྫོབ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས། དམན་ལམ་སྤོང་དུ་མ་  
 སོང་བའི་བྱང་སེམས་མས་པ་སྤྱད་པ་རྣམས་འདིར་བསྟན་ཀུན་རྫོབ་ལ་  
 བསྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་ལ་གནས་ཤིང་། བྱང་སེམས་ལམ་ལ་བསྟོས་པའི་  
 སྲིད་མཐའ་ལ་མི་གནས་སོ། ། འོ་ན་འདིར་བསྟན་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་འགོག་  
 བྱེད་གྱི་ལམ་གང་ཡིན་སྟུམ་ན། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁུན་པ་སོགས་ཤེས་རབ་གྱི་ཆ་རྣམས་འདིར་

བསྟན་ཀྱང་རྫོག་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་དང་། སྤྱིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོ་སོགས་ཐེག་ཆེན་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱམས་འདིར་བསྟན་ཀྱང་རྫོག་ལ་  
 བསྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་འགོག་བྱེད་དང་། བདེན་མེད་མཛོན་སྤྱུལ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འདིར་བསྟན་དོན་དམ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་  
 འགོག་བྱེད་དང་། སྤྱིང་རྩེ་དང་སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་སྤངས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་  
 བསམ་པ་བྱུང་པར་ཅན་ནི། བྱང་སེམས་ལམ་ལ་བསྟོས་པའི་སྲིད་ཞིའི་  
 མཐའ་འགོག་བྱེད་ཡིན་ཚུལ་རྒྱམས་ཤེས་པར་བྱུང་། ། གཞན་དག་རང་གི་  
 དོན་དུ་ཡང་། ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི། སྐྱེ་བོ་པལ་པ་གཞན་དག་ལ་  
 རང་གི་དོན་དུ་ཡང་སྐྱད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་སེམས་ཅན་རྒྱམས་ཀྱི་  
 བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱིང་བའི་དོན་དུ་སངས་རྒྱུས་ཐོབ་  
 འདོད་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་གང་ཡིན་པའི་སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་བྱུང་པར་  
 འཕགས་པ་འདི། རང་རྒྱུད་ལ་སྟོན་མེད་པའི་མད་དུ་བྱུང་བ་དོ་མཆར་བ་  
 ཞིག་འབྱུངས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བསམས་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ན་  
 དགའ་བ་བསྟོམ་ཞིང་། གཞན་ལ་སྐྱེས་པ་ལ་དོ་མཆར་བའི་གནས་སུ་  
 བབྱུང་ནས། རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཉིད་གོང་འཕེལ་དུ་སྐྱེད་པའི་  
 ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱུང་། ། ལམ་གྱི་གནད་ལ་གོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ནི།  
 བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ལས་སྤྱག་པ་མེད་པར་གོ་རྒྱ་ཡོད་པའི་དོན་ནི། །



ས་བཅད་གསུམ་པ།

སེམས་བསྐྱེད་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་བཟུན་

པའི་སྐབས་ཀྱི་དཀའ་གནད་

བཤད་པ།

དང་པོ། རྒྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་ཇི་ལྟར་སྐྱེས་པ།

རྒྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་ཇི་ལྟར་སྐྱེས་པ། བྱང་ས་ལས། སེམས་  
བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་བཞི། རྟེན་བཞི། སྟོབས་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་  
བར་རིག་པར་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་བཞི་ནི། རིགས་  
ལུན་སུམ་ཚོགས་པ། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཟིན་པ། སེམས་ཅན་  
ལ་སྒྲིང་བཅེ་བ། འཁོར་བའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་མི་སྦྱོབ་འོ། ། རྟེན་བཞི་ནི།  
སངས་རྒྱས་སམ་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་མཐོང་བའམ་  
ཐོས་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་  
གྱི་བཟུན་པ་ཉམས་པ་མ་བཟོད་པ་དང་། སྟོགས་མའི་དུས་འདིར་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་དགོན་པར་མཐོང་བའོ། ། སྟོབས་བཞི་ནི། རང་གི་མཐུས་  
ཚོགས་བྱང་འདོད་པ་རང་གི་སྟོབས་དང་། གཞན་གྱི་མཐུས་ཚོགས་བྱང་  
འདོད་པ་གཞན་གྱི་སྟོབས་དང་། སྟོན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་གོམས་པ་དང་ད་  
ལྟར་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཐོས་པ་རྒྱུ་ལྟོབས་དང་།  
འདིར་དམ་པ་བརྟེན་ཅིང་ཆོས་ཉན་པ་དང་སེམས་པ་སྟགས་ཀྱི་དག་བ་ལ་

རིང་དུ་གོམས་པ་སྒྱུར་པའི་སྟབས་དང་བཞིའོ། ། རྒྱ་བཞིའི་ནང་ནས་  
 རིགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ནི། རིགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྐྱེས་ཏེ་ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱི་སྟབས་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ལ་རང་འབྱུངས་སུ་ཡོང་  
 བེས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེན་ནས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། ། དེ་ལྟར་རྒྱ་བཞི། རྒྱུན་  
 བཞི། སྟབས་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། འཕགས་པ་  
 ཐོགས་མེད་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་སེམས་སྒྱུར་ཚུལ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། ། དེ་དག་  
 ཀྱང་བསྟུན། སྤྲམ་སོགས་གོགས་ཀྱི་སྟབས། རིགས་སོགས་རྒྱུའི་སྟབས།  
 དག་ཅེའི་སྟབས། མང་དུ་ཐོས་པའི་སྟབས། དག་བ་གོམས་པའི་སྟབས་  
 དང་ལྟར་འདུ་ལ། སྤྲམ་མེ་བརྟན། ཕྱི་མ་བཞི་བརྟན་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རྒྱུན་ལས། གོགས་སྟབས་རྒྱ་སྟབས་ཅ་བའི་སྟབས། ། ཐོས་སྟབས་དག་  
 བ་གོམས་པ་ལས། ། མི་བརྟན་པ་དང་བརྟན་བྱུང་དང་། ། བེས་དང་།  
 གསེར་བྱུང་ལས། དང་པོ་མི་བརྟན་ལ། ལྷག་མ་བཞི་བརྟན་པའོ། །  
 བེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཆེད་དུ་བྱ་བའི་སྟོན་སྟེན་མ་བཞག་པ་ནི། ཆེད་  
 དུ་བྱ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྒྲུབ་འདོད་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་མ་བཞག་པའོ། །  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་དད་པ་བྱུངས་པའི་སྟོན་སྟེན་བེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ།  
 སྤྲམ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ལ། བེ་བ་རྒྱུང་  
 པས་ཆོག་པར་འཛིན་པའི་ཆོག་འཛིན་ལྷག་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སངས་  
 རྒྱུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་ཡང་སེམས་པ་སོགས་བྱུང་བྱུབ་དོན་གཉེར་ལ་སྒྲོ་  
 བྱུངས་ནས། རང་དོན་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ལ་ཆོས་སྐྱོབ་དགོས་པའི་  
 ཚུལ་ཤེས་ན། རང་གི་དོན་འགྲུབ་པ་ལ་འང་བེ་བ་རྒྱུང་པས་ཆོག་པར་  
 འཛིན་པའི་ཆོག་འཛིན་ལྷག་བྱུས་ལ། བྱམས་སྤྱིང་ཇི་སོགས་གཞན་དོན་



དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ཐུངས་ནས།      གཞན་དོན་ཡངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ལ།  
 གཞུགས་སྐྱེ་གཉིས་ཐོབ་དགོས་པའི་ཚུལ་ཤེས་ན།      གཞན་དོན་འབྲུག་པ་  
 ལ་ནི་བརྒྱུ་པས་ཆོག་པར་འཛིན་པའི་ཆོག་འཛིན་ལྷན་ཀུན་སོ།      ། དེ་  
 ལྟར་ཆོག་འཛིན་གཉིས་ལྷན་པའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཐུང་བའི་རིམ་  
 པ་ལ་འང་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ཐུང་བ་དང་།      བྱང་ཆུབ་དོན་  
 གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ཐུང་བ་གཉིས་སྤངས་པ་ཡིན་ལ།      དེ་ལྟར་ཆོག་འཛིན་གཉིས་  
 ལྷན་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་  
 བསྐྱེད་དགོས་པས་ཐུངས་པའི་འབྲས་བུ་སེམས་བསྐྱེད་ངོས་བཟུང་བ་ནིས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།      ། རང་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་རང་རྒྱལ་ལ་  
 ཡང་ཡོད་པས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པས་སེམས་  
 ཅན་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་དགོས།      དེ་སྤྱི་བ་ལ་གཞན་  
 དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ཐུང་དགོས།      དེ་ཡང་།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 མཐོང་ནས་དེ་ལ་ཐོབ་འདོད་བསྐྱེད་པ་དང་།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 སངས་རྒྱས་ལ་འགོད་འདོད་གཉིས་ངས་པར་དགོས་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཡོད་པ་  
 ཅམ་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡངས་སུ་མི་རྒྱུགས་ལ།      སེམས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ལ་ནི།      གཞན་དོན་ལ་སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ་དགོས་པར་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་དྲངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་  
 ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་མི་ཆོག་པས།      རང་དོན་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་མེད་དུ་  
 མི་རུང་བར་མཐོང་བའི་ཐོབ་འདོད་དང་།      དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་  
 བར་བཞག་པ་མིན་པར་གཞན་དོན་དུ་འང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་  
 ཞིག་ངས་པར་དགོས་ཏེ།      མཛོན་རྟོགས་རྒྱུན་ལས།      སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་

གཞན་དོན་ཕྱིར། ། ཡང་དག་ཚྭ་གས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། ། ཅེས་  
 བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་གཉིས་ཀྱི་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ཡང་ལྷུང་འདིའི་དོན་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་པས་མཆོན་བྱ་བསྟན།  
 ལྷག་མས་མཆོན་ཉིད་བསྟན་ཏེ། སེམས་ཅན་གཞན་ནམས་སྟུག་བསྟུལ་  
 མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་བའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཡང་དག་པར་ཚྭ་གས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་མཆོངས་ལྡན་གྱི་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ཅེས་པའོ། ། འདིར་དངོས་སུ་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་བསྟན་ནས། དེ་ལ་འདོད་པའི་སྒྲས་བསྟན་པ་ནི། དགོས་  
 པ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཡིན་ཏེ། མིང་འདི་ཅམ་གྱིས་འཕངས་པའི་  
 གཞན་དོན་འདོད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་འདིར་  
 རྟགས་ལ་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་གཞན་དོན་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱར་  
 དགོས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོགས་སུ་དགོས་  
 པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་གཞན་དོན་འདོད་  
 པའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་མིང་གིས་  
 བཏགས་པའོ། ། དང་པོ་ལ། དེ་ལྟར་དངོས་མིན་བཞིན་དུ་འདོགས་པ་  
 ལ་ནི་ཆོས་གསུམ་ཆང་དགོས་པས། སེམས་བསྐྱེད་ལ་གཞན་དོན་འདོད་  
 པའི་མིང་གིས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཡོད་དེ། རྒྱའི་མིང་གིས་འབྲས་བུ་  
 ལ་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདུན་པ་དང་།  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་འབྲས་སུ་འབྱུང་ཏེ། དགོ་བའི་ཆོས་སེམས་  
 ཅན་མཐའ་དག་སྟུག་བསྟུལ་དང་བྲལ་བ་ལ་འདུན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་  
 གཞན་དོན་དོན་དུ་གཉིས་བ་ཡོད་ན་དེའི་རྗེས་སུ་ངེས་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་



སེམས་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་ལ། དེ་སྟོན་དུ་མ་སང་ན་འདིར་བཞུག་པའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་མཆན་ཉིད་རྫོགས་པ་མི་སྟེ་བའི་ཕྱིར། གཞན་དོན་དོན་  
 གཉིས་གྱི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་གཞན་དོན་  
 དོན་དུ་གཉིས་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ལ་སྟུང་པའི་རྟེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། སྟུང་པས་བསྐྱུས་པའི་དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འཕེལ་  
 བར་འབྱུར་རོ་ཞེས་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་ལ་གཞོན་ཕྱིད་  
 ཡོད་དེ། སེམས་བསྐྱེད་ནི་འདོད་པ་དངོས་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་མིང་གིས་འདོགས་པའི་རྒྱ་  
 མཆན་ཡོད་དེ། དེ་དང་མཚུངས་པ་ལྷ་ལྟ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་  
 འདོད་པའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྒྱམས་ལ་སྟོན་ལམ་བཤད་པ་དེ་དང་ལྟ་པའི་སེམས་དེ་སྟེ་བ་ཤེས་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་ལ་གཞོན་ཕྱིད་ནི་སྟར་སྟར་རོ། །  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དེའི་འཁོར་གྱི་བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་གཉིས་  
 མཚུངས་ལྟ་ན་པ་ལྷ་མཚུངས་ཡིན་ཚུལ་ལ། དེ་གཉིས་གནས་སམ་  
 རྟེན་མཚུངས་ཏེ། གཅིག་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྟེན་ཡིན་ན།  
 ཅིག་ཤོས་ཀྱི་དེ་ཡིན་དགོས། ཅིག་ཤོས་ཀྱི་དེ་ཡིན་ནའང་ཚུར་ལ་དེ་ལྟར་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་དམིགས་པ་མཚུངས་ཏེ། གཅིག་གིས་  
 དམིགས་ན་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་དམིགས་དགོས། ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་དམིགས་  
 ནའང་ཚུར་ལ་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་རྣམ་པ་མཚུངས་ཏེ།  
 གཅིག་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་ན། ཅིག་ཤོས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 ཤར་དགོས། ཅིག་ཤོས་ལ་རྣམ་པ་ཤར་ནའང་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་ཕྱིར།

དེ་གཉིས་དུས་མཚུངས་ཏེ། གཅིག་གྲུབ་པའི་དུས་ཡིན་ན་ཅིག་ཤོས་གྲུབ་  
 པའི་དུས་ཡིན་དགོས། ཅིག་ཤོས་གྲུབ་པའི་དུས་ཡིན་ན་འང་དེ་ལྟར་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ཇུས་མཚུངས་ཏེ། གཙོ་བོ་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཇུས་རེ་རེའི་འཁོར་དུ་བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་འང་ཇུས་རེ་རེ་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་ཇུས་  
 ཐབས་དང་པ་གཉིས་ཅིག་ཅན་དུ་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། སྤྲེལ་ཀ་ནི།  
 ལྷགས་སྤྲེལ་ཏེ། འཆད་ཉན་སྤྲེལ་གྱི་འགོར་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་  
 རེ་འདོན་པ་སྤྲེལ་ཀ་ཅན་དུ་མ་སང་བར་སེམས་བསྐྱེད་གསལ་ལེགས་པར་  
 བཏབ་ནས་བཏྱུང་བོ་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བྱུང་བའི་རིམ་པ།

དང་པོ། རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ནས་  
 བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བྱུང་བའི་  
 རིམ་པ་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བྱུང་བའི་རིམ་པ་དངོས་ལ། དེ་ལྟར་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་བཞི། རྒྱུན་བཞི། སྤྲེལ་བཞི་ལས་སྐྱེ་བར་  
 བཤད་ཀྱང་མདོར་བསྟུས་ན་རྒྱའི་གཙོ་བོ་གཉིས་སུ་འདུ་སྟེ། རྩ་བོ་ཆེན་པོ་  
 བསྟན་པ་ལ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་མེད་དགོངས་པ་རྩེ་བཅུན་བྱམས་པ་  
 བསྟན་པ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ལ་བརྒྱད་པའི་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་  
 གྱི་སྒྲོན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་། ཡལ་པོ་ཆེད་མདོད་དགོངས་པ།



རྩེ་བཅུན་འཇམ་དབྱངས་ནས། འཕགས་པ་ལྷ་སྤྱུ་བ་དང་། རྒྱལ་སྤྱུ་ས་  
 ཞི་བ་ལྷ་སྤྱུ་ས་ལ་བརྒྱད་པའི་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདི་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་  
 གཉིས་སོ། ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བྱང་པར་མེད་ཀྱང་  
 སེམས་སྦྱང་ཚུལ་ཀྱི་མན་ངག་ལ་བྱང་ཆེ་ཞིང་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདི་སྒོ་  
 བསྐྱེད་བཟབ་ཀྱང་། ལམ་རིམ་སྐབས་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གཙོ་  
 བོར་གསུངས། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདི་སྒོ་སྦྱང་ཚུལ་བྱར་དུ་རྒྱས་པར་  
 ཡོད་པས་ལམ་རིམ་དུ་རྒྱས་པར་མ་མཛད་དོ། །

དང་པོ་རྒྱ་འབྲས་བདུན་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་པ།  
 སྤྱིན་དུན་པ། སྤྱིན་གཙོ་བ། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ། སྦྱང་རྩེ།  
 ལྷག་བསམ་སྤྱེ་རྒྱ་དུག་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བྱ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་  
 ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་ངོ། ། གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་བདག་གཞན་  
 མཉམ་བཞེདི་བསམ་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས། འབྲས་བྱ་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་ངོ། ། རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
 སེམས་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་དོན་  
 གཅིག་གོ། ། ལྷ་ར་དུ་ཏིའི་བྱ་ནི། མ་ལྷ་རི་ཞེས་པའི་བྱ་ཡིན་པས་ན་ལྷ་  
 རིའི་བྱ་དང་། རིགས་ལྷ་ར་དུ་ཏི་ཡིན་པས་ན། རིགས་ཀྱི་མིང་གིས་ལྷ་  
 ར་དུ་ཏིའི་བྱ་ཞེས་བཏགས་ཤིང་། ལྷ་ར་དུ་ཏིའི་བྱ་ནི་སྤྱིན་ལྷན་མའི་བྱ་  
 ཞེས་པ་ཏེ། ལྷ་ར་དུ་ནི་སྤྱིན་པ། བ་ཏི་ནི་ལྷན་པ་ལ་འཇུག་པས་སོ། །  
 མི་ཟད་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་གཡ་ཆེ་བའོ། ། ལྷ་ཡ་གྲོ་རི་ནི། རི་ལྷ་ཡ་ཤིན་  
 པའི་སྦྱང་གི་མཆོད་རྟེན་གྱི་དུང་དུ་བྱོན་ནས་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་པས།  
 གནས་ཀྱི་མིང་གིས་ལྷ་ཡ་གྲོ་རི་ཞེས་བཏགས། སྦྱང་པའི་ཚུམ་པ་ནི།

སྒྲིབ་པའི་ཀྱན་སྒྲིབ་དོ། ། ཞེས་ནི། ཟེར་རྩ་ཞེས་པའི་བརྒྱ་རྒྱུད་།  
འཕྲུལ་མེད་བྱེ་ནི། སྐབས་འདིར་ངེས་པ་མེད་པའོ། །

གཉིས་པ། རྒྱ་འབྲས་གཞན་རྣམས་དེའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་  
འབྱུར་ཚུལ་ལ། སྒྲིབ་རྗེ་དངོས་གཞི་དང་། མར་ཤེས། དྲིན་དྲན།  
དྲིན་གཞོ། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བཞི་སྒྲིབ་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་དང་། ལྷག་  
བསམ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་སྒྲིབ་རྗེ་དེའི་འབྲས་བུའོ། ། བཅུན་  
པ་སྒྲིབ་ནི། ཅན་གྱི་མི། རིངས་པ་ནི། ལྷུང་བ། བརྟུགས་པའི་  
ཚུལ་ནི། བྲེལ་བའི་ཚུལ། དེ་ལྟར་རིམ་པ་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་ཚུལ་འདི་  
གལ་ཆེ་བས། དེའི་དོན་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། དུམ་འཁོར་སྒྲིབ་གིས་  
བྱས་པ་ལས། སྒྲིབ་པ་ཞི་བ་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་ཚུལ། ། མེས་པས་ནི་འགྲོ་  
བ་འབྲུམས་ཀྱུར་པ། ། དེ་དག་ཐུགས་རྗེ་མངའ་བས་ཐབས་ཚུལ་དང་།  
རིགས་པ་བརྒྱ་དག་གིས་ནི་འཇུག་པར་མཛད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
ནམ་མཁའི་མཐའ་ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་  
ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མེས་པས་འཁོར་བར་འབྲུམས་པ་ཡིན།  
དེ་མེས་པར་བྱེད་པ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མཁོག་པར་རིགས་པའི་  
རྣམ་གྲངས་དུ་མའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་གསུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སྒྲིབ་དགོས། དེ་ལ་གསུལ་  
བྱའི་ཐམས་དང་དབང་པོ་དང་བསམ་པ་དང་བག་ལ་ཉལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
མེས་པར་ཆོས་བསྟན་ཀྱང་དོན་དུ་མི་འབྱུར་བས། དེ་མེས་པ་ལ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་མེས་ཐོབ་དགོས། དེ་ནི་རྣམ་པར་རྒྱུང་མཛད་མཛོན་  
པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རྒྱུད་ལས། གསང་བ་པའི་བདག་པོ། ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་མེས་དེ་ནི་སྒྲིབ་རྗེའི་ཅ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་



སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། ཐབས་ཀྱིས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པས། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་ཡིན་ཚུལ་ནི། རྒྱུང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། དེགས་ཀྱི་བྱ།  
 བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ།  
 ཞེས་ཞིང་དང་རྒྱ་ལྷན་སོགས་ནི་ནས་དང་འབྲས་ལ་སོགས་པ་ཀྱན་གྱི་རྒྱ་ཐུན་  
 མོང་བ་ཡིན་པ་ལྟར། དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
 བ་སོགས་ནི་བྱང་རྒྱལ་གསུམ་ཀའི་རྒྱ་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ལ། ནས་ཀྱི་ས་བོན་  
 ནི་ནས་ཀྱི་ལྷ་གའི་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། བྱང་རྒྱལ་གྱི་  
 སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པས། འབྲས་བུ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་ན། དེའི་རྒྱ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་  
 དེས་པར་བསྐྱེད་དགོས། སེམས་དེའི་ཅ་བ་སྟོང་རྗེ་ལ་རག་ལས་པས།  
 ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་ཅ་བ་སྟོང་རྗེར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་གཞན་རྣམས་  
 སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དེའི་རྒྱ་འབྲས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ལ་དེས་བསྟོན་པ་གལ་ཆེ། དེ་  
 ཡང་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཐོག་མར་གལ་ཆེ་བ་ལ་ས་བོན་དང་འདྲ་ཚུལ་ནི། འགྲོ་  
 བ་མ་ལུས་པ་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྟོང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་  
 ཡོད་ན། དེ་དག་སྟུག་བསྐྱེད་ལས་སྒྲིལ་བའི་ཁུར་རང་གི་རྒྱུད་སྟོང་དུ་  
 འཁྱེར་བྱས། སྟོང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་མེད་ན་དེ་མི་བྱས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་  
 ཁུར་དེ་མི་འཛིན་ན་ཐེག་ཆེན་པར་མི་ཚུད་པས། སྟོང་རྗེ་ཐོག་མར་གལ་ཆེ།  
 བར་དུ་གལ་ཆེ་བ་ལ་རྒྱུད་དང་འདྲ་ཚུལ་ཡང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཀྱང་རྒྱུན་  
 ངན་པའི་དབང་གིས་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་ཤིང་ཆོགས་གཉིས་གོང་འཕེལ་  
 དུ་འགྱུར་བ་ཡང་སྟོང་རྗེ་ལ་རག་ལས་པས་བར་དུ་གལ་ཆེ། ཐ་མར་གལ་ཆེ།

བལ་སྒྲིན་པ་དང་འདྲ་ཚུལ་ནི། མཐར་མངས་རྒྱུ་ནས་ཀྱང་ཉན་རང་  
 ཉམ་ནི་བའི་དབྱིངས་སུ་མི་བཞུགས་པར་ལམ་པ་མ་སྟོང་བར་དུ་འཕྲིན་  
 ལས་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་གྱི་སྒྲིན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ཡང་སྟོང་རྗེ་ལ་  
 རག་ལས་པས་ན་ཐ་མར་གལ་ཆེ་བས། རྗེ་གསུམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལོ་རྟོག་  
 ལུན་སུམ་ཆོག་པ་སྟེ་བལ་སྟོང་རྗེ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་སྟེ།  
 དཔལ་ལྷན་སྟེ་བས། གང་ཕྱིར་བཅེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་རྟོག་ལུན་ཆོག་པས་  
 འདི་ནི། ། ས་བོན་དང་ནི་སྟེ་ལ་ལ་ཆུ་འདྲ་ཡུན་རིང་དུ། ། ལོངས་སྟོང་  
 གནས་ལ་སྒྲིན་པ་ཉམ་བུར་འདོད་ཀྱུར་པ། ། དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་ཐོག་མར་  
 སྟོང་རྗེ་བསྟོད་པར་བགྱི། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཆུ་འབྲས་གཞན་  
 རྣམས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཆུ་འབྲས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ལ། མར་ཤེས་ནས་  
 བྱམས་པའི་བར་རྒྱར་འགྱུར་ཚུལ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟུག་བསྟུལ་  
 གྱིས་མནར་བལ་མི་བཟོད་པའི་སྟོང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་སྟེ་བལ་ལ། སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་གཅིས་ལ་མངས་པའི་ཡིད་འོང་གི་སྟོ་སྟེ་དགོས།  
 དེ་ལ་སེམས་ཅན་གཉིན་དུ་བསྒྲུབས་པས་ཡིད་འོང་གི་སྟོ་སྟེ་བལ་ཡིན་ལ།  
 གཉིན་གྱི་མཐར་སྟུག་མ་ཡིན་པས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་བསྒྲུབས་  
 པ་དང་། དེའི་དྲིན་དྲན་པ་དང་། དྲིན་གཙོ་བོ་གསུམ་ནི་ཡིད་དུ་འོང་  
 ཞིང་གཅིས་པ་སྟུག་བྱེད་ཡིན་ལ། སེམས་ཅན་ལ་བྱ་གཅིག་ཕུ་ཉམ་སྟོང་དུ་  
 སྟུག་པར་འཛིན་པའི་བྱམས་པ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་འབྲས་བུར་རང་ཤུགས་གྱིས་  
 འོང་བས་སྟུག་བྱེད་གཞན་མི་དགོས་སོ། ། དེ་འདྲའི་ཡིད་འོང་གི་སྟོ་དེ་  
 ཡིད་ན་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་གིས་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ། ། བདེ་བ་དང་ཕྱད་  
 འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་ལ་ཆུ་འབྲས་ཀྱི་ངེས་པ་མེད་པར་གསུངས།



མར་ཤེས་སོགས་གསུམ་ནི་བདེ་བ་དང་ཕྱད་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་།  
 ལྷག་བསྐལ་དང་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་གཉིས་ཀའི་གཞིར་སྒྲིང་བས་འདི་  
 ལ་འབད་དགོས་སོ། ། ལྷག་བསྐལ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བུར་  
 འགྱུར་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྩེ་ཤུགས་དྲག་ཡོད་ན། སེམས་ཅན་  
 རྣམས་བདེ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་། ལྷག་བསྐལ་ལས་སྒྲོལ་པའི་ཁྱུར་རང་གི་  
 རྒྱད་སྒྲིང་དུ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་ཁྱེར་པའི་ལྷག་བསྐལ་འབྱུང་ལ། དེ་ལྟར་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲོལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲིས་པ་ན་ད་ལྟ་རང་གི་གནས་སྐབས་  
 འདི་ལྟ་བུས་ནི་སེམས་ཅན་གཅིག་ཅུ་ཡང་ལྷག་བསྐལ་མཐའ་དྲག་ལས་  
 སྒྲོལ་བའི་རུས་པ་མི་འདུག་པས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་རྩོགས་པར་སུ་ཞིག་གིས་རུས་  
 སྒྲུལ་དུ་བསམ་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ལ་རུས་པ་དེ་ཡོད་པར་ཤེས་  
 བས་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་སྒྲེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྩེ་ཤུགས་དྲག་ཡོད་ན་དེས་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་དྲག་དང་ས་ཉེ་རྒྱལ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྣམས་  
 ལ་བཙོན་པ་ཤུགས་དྲག་འབྱུང་བས། དེའི་ཆོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་  
 འཕང་ལ་ཉེ་དུ་འགྲོ་བས་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་ཙ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རིམ་ཅན་དུ་སྒྱུར་བ་དངོས་ལ། མདོན་རྩོགས་རྒྱན་ལས།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། ། ཡང་དག་རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 འདོད། ། ཅེས་པའི་གཞན་དོན་ཕྱིར་ཞེས་པས་བསྟན་པ་ལྟར། གཞན་  
 དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲིང་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་འདོད་ཅེས་པས་བསྟན་པ་

ལྟར། བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིམ་བཤུངས་པ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།  
 ཞེས་པ་ ལྟར་ སྐྱུངས་ པའི་ འབྲས་ བྱ་ སེམས་ བསྐྱེད་ རོས་ བཟུང་ བ་ རྟེ།  
 གཞུང་འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་ས་བཅད་འདི་གསུམ་གྱིས་འཆད་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 ཡང་དོན་དུ་གཉིས་བྱ་བྱང་ཆུབ་དང་། གཞན་དོན་གཉིས་ལས། བྱང་  
 ཆུབ་སྒྲིམ་ལ་འབྱུང་ཞིང་། གཞན་དོན་རྗེས་སུ་འབྱུང་ཡང་། དེ་གཉིས་  
 དོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་པ་ནི་གོ་རིམ་ལྟ་གནས་འབྱུང་སྟེ། དང་པོར་སྒྲིང་རྗེ་  
 ཆེན་པོས་རང་དབང་མེད་པར་བསྐྱོད་དེ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
 ལས་བསྐྱེད་བར་བྱའི་སྒྲིམ་པའི་གཞན་དོན་འདོད་པ་འབྱུང་ལ། དེ་ལྟར་  
 འདོད་པ་ན་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་ལ་གཞན་དོན་ཡོངས་རྫོགས་སྤྲུག་པའི་  
 རུས་པ་མེད་པར་མཐོང་ནས། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་  
 འདོད་འབྱུང་ངོ་། ། དེ་ཡང་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ནི་རྟོགས་པ་བྱང་  
 ཆུབ་དང་། བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ནི་སྐྱུངས་པ་བྱང་ཆུབ་ལ་གཙོ་བོར་དོན་  
 དུ་གཉིས་བ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དོན་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཤོགས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། དང་པོ་  
 ནི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དངོས་རྒྱ་དང་། མདོན་པ་ནས་བཤད་པའི་རྒྱུ་ཀྱན་  
 སྒྲིང་དང་འདྲ། གཉིས་པ་ནི་མདོན་པ་ནས་བཤད་པའི་དུས་ཀྱི་ཀྱན་སྒྲིང་  
 དང་འདྲ་བར་སེམས་བསྐྱེད་རང་དུས་ན་ཡོད་ངོ་། ། དེ་ལྟར་གཞན་དོན་  
 འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱར་བསྟན་པ་ནི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་ལ་  
 མཁས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཤོགས་སུ་བསྟན་པ་  
 ནི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་མཁས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། ། ཐེག་ཆེན་པ་  
 དག་གིས་ཆེད་དུ་གཉིས་བྱའི་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་གཞན་དོན་ཡིན་གྱི། རང་



གི་ཐོབ་བྱའི་བྱང་ཆུབ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཚྲོགས་བྱང་གི་གོ་འཕང་  
 ཡང་གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་སུ་མཐོང་ནས། དེའི་ཡན་ལག་དུ་དོན་  
 དུ་གཉེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་གཞན་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་སུ་  
 དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་གཉིས་ལས།  
 གཟུགས་སྐུ་ནི་གདུལ་བྱ་ལ་དངོས་སུ་སྤང་བའི་སྒོ་ནས་ཆོས་སྒོན་པ་སྟགས་  
 ཀྱིས་དོན་མཛད་ཀྱི། ཆོས་སྐུས་དེ་ལྟར་མི་མཛད་པས། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
 བང་ནས་གཟུགས་སྐུ་དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། ། འོ་ན་ཆོས་སྐུ་  
 དོན་དུ་མི་གཉེར་རམ་ཞེ་ན། ཆོས་སྐུ་མདོན་དུ་མ་བྱས་པར་གཟུགས་སྐུ་མི་  
 འབྱུང་པར་མཐོང་ནས་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རྩ་དོན་  
 དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་སྒོར་འཆོལ་བ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་བཏང་  
 སྟོམས་དང་། མར་ཤེས། དྲིན་དྲན། དྲིན་གཟོ། ཡིད་འོང་གི་  
 བྱམས་པ་རྣམས་ནི་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲིའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ལ།  
 བདེ་བ་ཕྱད་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ། ལྷག་བསྐྱེད་བྱེད་འདོད་ཀྱི་སྤྱང་རྒྱུ་  
 ལྷག་བསམ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམས་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཉི་  
 གཞན་དོན་དོན་གཉེར་དངོས་སོ། ༥

བཏང་སྟོམས་ནི། ཆགས་སྤང་བཏང་ནས་སེམས་སྟོམས་པར་བྱེད་  
 པའོ། ། འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་ནི། བྱ་བ་དེ་མི་བྱེད་པར་འཇོག་པའོ།  
 ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་ནི། བདེ་ལྷག་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བའོ།  
 ཆད་མེད་བཏང་སྟོམས་ལ་གཉིས་ལས། སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་ཆགས་  
 སྤང་སྟགས་མེད་པར་བསྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གཅིག་དང་། རང་ཉིད་  
 སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་སྤང་དང་བྱེད་ནས་སེམས་སྟོམས་པ་གཉིས་ལས་འདིར་

བེ་ཕྱི་མ་སྟེ། འདི་ཉིད་མར་ཤེས་སྒྲུལ་གྱི་རྒྱུར་འབྱུར་ཞིང་། རང་རྒྱུད་  
 གྱི་ཆགས་སྤང་སྒྲུལ་ཉན་མངས་པའི་གཉེན་པོར་འགྲོ་བས་གཤམ་ཆེད། །  
 བཏང་སྟོམས་འདི་སྟེ་བ་ལ་སྤར་བཤད་པའི་ངེས་མེད་གྱི་རིགས་པ་དང་།  
 ཡན་གཞོན་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ་སེམས་པ་གནད་ཆེད། །  
 བཏང་སྟོམས་བསྒྲུལ་ཚུལ་ལ། དང་པོར་ཡན་གཞོན་གང་ཡང་མ་བྱས་  
 པའི་བར་མའི་སེམས་ཅན་གཅིག་མདུན་དུ་གསལ་བར་དམིགས་ནས་བཏང་  
 སྟོམས་བསྒྲུལས་ན་སྟེ་སྟེ། དེ་ནས་མཇུག་བཤེས་དང་དགྲ་དང་།  
 མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྒྲུལ། དེ་ཡང་བར་  
 མའི་སེམས་ཅན་རང་གི་མདུན་དྲང་པོར་ཁ་རང་ལ་སྟོགས་པར་བསྒྲུལ་པ་  
 དང་། དེའི་གཤམ་གྱི་ཅུང་ཟད་རྒྱབ་ངོས་སུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་།  
 གཡོན་གྱི་རྒྱབ་ངོས་སུ་ཡིད་དུ་མེ་འོང་བ་བསྒྲུལ། དེ་ནས་གཉེན་གྱི་མཐར་  
 ཡིད་འོང་གི་སྟོགས་དང་། དགྲའི་མཐར་ཡིད་དུ་མེ་འོང་བའི་སྟོགས་དང་།  
 བར་མའི་མཐར་ཡན་གཞོན་མ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཉི་རིགས་གསུམ་དུ་  
 བསྟུས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་སྟོམས་བསྒྱུབ་པར་བྱའོ། །  
 དེ་ལ་བར་མའི་སེམས་ཅན་ལ་བསྒྲུལ་པའི་ཆེ་རང་ཉིད་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་ལྟ་  
 བྱས་ཡན་གཞོན་སྣ་ཆོགས་བྱེད་མི་རིགས་པར་བསམ་པ་དང་། ཡིད་དུ་  
 འོང་མི་འོང་གི་སེམས་ཅན་ལ་བསམ་པའི་ཆེ་ཆགས་སྤང་གི་ཉེས་དམིགས་  
 དྲན་པ་དང་། དགྲ་གཉེན་གཉིས་ལ་བསམ་པའི་ཆེ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་  
 བསམས་ནས་བསྒྲུལ་ཉི་གཉེན་ལ་ཆགས་པ་དང་། དགྲ་ལ་སྤང་བ་དང་།  
 བར་མའི་སེམས་ཅན་ལ་ཡལ་འདྲོར་གྱི་སྟོང་གསལ་དགོས་སོ། ༥

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་པ་ལ། དེ་ལྟར་གིས་བསྒྱུབ་པ་



དང་། རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་གཉིས། རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ལ། རྩེ  
 བ་ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། ། ཞེས་སྐུགས་ནས་འགྲེལ་གྱི་ལུང་དོན་སྤར་  
 བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རིག་པའི་ཡ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་འདི་  
 སྤར་ན་མར་ཤེས་སྡེ་བ་ལ་ཕན་ཆེ་བས། འདིར་མདོར་བསྟུན། རང་གི་  
 དེ་རིང་གི་རིག་པ་འདི་ཁ་སང་གི་རིག་པའི་རྒྱན་དང་། ད་ལོའི་རིག་པ་  
 འདི་ལོ་སྤུ་མའི་རིག་པའི་རྒྱན་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། རང་གི་ཆེ་འདིའི་རིག་པ་  
 འདི་ཆེ་སྤུ་མའི་རིག་པའི་རྒྱན་དང་། ཆེ་སྤུ་མའི་རིག་པ་དེ་ཡང་། དེའི་  
 ཆེ་སྤུ་མ་སྤུ་མའི་རིག་པའི་རྒྱན་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་ཡར་དེད་ན་འདི་ཡན་ཆད་  
 དུ་རིག་པ་མེད་ཕྱ་བ་གཏན་ནས་མེད་པས་རིག་པའི་ཡ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་  
 འགྲུབ་ཅིང་། དེ་ཐུབ་ན་རང་གི་སྡེ་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པར་གྲུབ།  
 དེ་ཐུབ་ན་རང་གིས་སྡེ་བ་གངས་མེད་པར་སྒྲངས་པར་གྲུབ། དེ་ཐུབ་ན་སྡེ་  
 བ་ཕལ་ཆེར་མ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་མ་གྲངས་མེད་པ་གྲུབ། དེ་ཐུབ་ན་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་གི་མ་ཐུས་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། ། དེས་  
 ན་རང་གི་སྡེ་བ་སྤུ་མ་ཡོད་པས་ཆེ་རབས་སྤུ་མའི་མ་ཡོད་པར་གྲུབ་ལ། ཆེ་  
 འདིའི་མ་དང་། ཆེ་རབས་སྤུ་མའི་མ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད།  
 རྒྱན་ཆེ་བ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་དེ། དཔེར་ན། ཆེ་སྟོད་ཀྱི་མ་དང་། ཆེ་  
 སྟོད་ཀྱི་མ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད། རྒྱན་ཆེ་ཆུང་ལ་ཁྱད་པར་  
 མེད་པ་བཞིན་ནོ། ། འོག་གི་ལམ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་མི་འབྱུང་མར་ཤེས་  
 གི་སྟོན་འདི་ཡོད་མེད་ལ་ཐུག་པས། ལུང་རིགས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་དཔྱད་ལ་  
 ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གཞི་རྟེན་ཚུགས་པར་བྱའོ། ། གཞུང་ནས་ལས་  
 མ་ཀན་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་ན་ཆོད་ཀྱིས་མིན་གྱི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་ཡང་

ཡང་བྱས་པས་མ་ཆེན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དྲིན་དྲན་བསྐྱེད་པ་ནི། རང་གི་རྩ་བའི་མ་དེ་ད་ལྟ་དངོས་སུ་ཡོད་  
དམ་མེད་ཀྱང་བྱད་དབྱེ་བས་སོགས་ངེས་ན་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་མཐུན་དུ་  
བསྐྱེད། ཡང་རྒྱུད་དུས་ནས་མ་དང་བྲལ་ཏེ་མའི་བྱད་དབྱེ་བས་སོགས་མི་  
དྲན་ན་རང་རྒྱུད་དུ་འདྲི་དུས་སུ་བཅེ་བས་བསྐྱུངས་པའི་ཡ་སྤྱ་ལྟ་དུ་འདྲི་རྣམ་པར་  
བསྐྱེད་དགོས། དེ་ཡང་ན་ཆོད་གཞོན་པའི་རྣམ་པ་མི་བྱ་བར་ཆེན་མའི་  
རྣམ་པ་ཅན། ཅན་གྱིས་གསུངས་པས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་ས་ན་  
དྲིན་དྲན་སྤྱི་སྒྲ་བར་གསུངས། དེ་ལ་ཐོག་མར་དྲིན་ཆེ་བ་ནི། རང་ཉིད་  
མངལ་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སྤང་བ་དང་བཅས་ཏེ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་རྣམས་བསམ།  
བར་དུ་དྲིན་ཆེ་བ་ནི། རང་ཉིད་མའི་པང་དུ་ཡོད་པའི་རྣམ་པར་བསམས་  
ཏེ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་རྣམས་བསམ། ཐ་མར་དྲིན་ཆེ་བ་ནི། ཟས་གོས་སོགས་  
བདེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མ་ཆེན་གྱི་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་བསམ། དེ་  
ལྟར་བསྐྱེད་ས་པས་དྲིན་དྲན་པའི་སྒྲ་ཆོག་ཅམ་མིན་པ་ཞིག་སྤྱིས་ན། དེ་  
ནས་པ་ལ་སོགས་པའི་མཇེལ་བཤེས་དང་། བར་མ་དང་། དག་དང་།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དྲིན་ཆེ་ཚུལ་བསྐྱེད། དེ་  
ཡང་། རྒྱ་ལ་བྲས་བུ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་གཉིས་ལ་  
བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་ལྷག་བསམ་དང་། དེའི་སྒྲོན་དུ་སྤྱོད་རྩེ་ཆེན་  
པོ་དང་། དེའི་སྒྲོན་དུ་ཡོད་འོང་གི་བྱམས་པ་འགྲོ་དགོས་པ་ལ་ཤིང་རྩ་ཆེན་  
པོ་གཉིས་ཀ་དགོངས་པ་མཐུན་ཡང་། ཡོད་འོང་གི་བྱམས་པ་དེ་ཐབས་  
གང་གི་སྒྲོན་ནས་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ་བཞིན་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དེ། སྤྱི་མས་ནི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མར་ཤེས་པ་དང་། དེའི་དྲིན་དྲན་པ་ལྟེ་





བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཁོངས་སུ་རྒྱུ་ཡོད་པ། ། གྲོང་གི་ནང་དུ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུར་  
 ལྷུང་བཞིན་དུ། ། སྤྱི་ཤི་འཕྲིས་པས་ངོ་མ་ཤེས་པ་དེ་བོར་ནས། ། གཡ་  
 ཏིག་ཅིག་ཐར་བྱེད་ན་དེ་ལས་ཁྱིལ་བོར་མེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 དཔེར་ན། རང་གི་ཨ་མ་དེ་དབྱར་དུ་ས་རྒྱ་བོ་དྲག་པོའི་གཞུང་དུ་ཁྱེད་ནས།  
 བྱ་རང་ཉིད་རྒྱ་འགྲམ་དུ་ཡོད་པ་ལ་སྒྲིལ་བའི་རེ་བ་བྱས་ཏེ་དུ་འབོད་ལྷུང་ལྷུང་  
 བྱེད་པ་ན། བྱ་དེ་ལ་མ་དེ་འདོན་པའི་ཐབས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་བཞིན་དུ་མི་འདོན་  
 པར། རྒྱ་འགྲམ་དུ་ཅིད་མོ་སྒྲུག་ཞས་སྒྲུག་སྒྲུག་བྱས་ཏེ་བཟུང་ན། དེ་ལས་  
 ཐབས་སྒྲུག་པའི་ཁྱིལ་མེད་མ་རབས་མི་འབྱུང་བ་ལྟར། མ་ཆུན་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་གྲོང་འཁོར་དུ་རྒྱུད་པར་ད་ལྟ་རང་ལ་  
 འདོན་པའི་ཐབས་སྒྲུབ་དུ་ཡོད་བཞིན་དུ། དེ་དག་ལ་ཅི་ཡང་མི་སེམས་  
 པར་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཅི་ཐར་བྱེད་ན་ཏེ་ཅང་ཁྱིལ་མེད་ཡིན་ཚུལ་བསམ་པ་  
 དང་། གཅིག་ནི། བསྐྱབ་བདུས་ལས། ཉན་མོངས་ཀྱིས་སྒྲིལ་གཏི་  
 ལྷག་ལྷོངས། ། གཡང་ས་མང་པོའི་ལམ་དུ་ནི། ། གོ་མ་པ་རེ་རེ་བརྟེན་  
 འཆར་བ། ། བདག་དང་གཞན་རྟག་ཕྱང་ན་གཞི། ། འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་  
 ལྷག་བསྐལ་མཚུངས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན། རང་གི་  
 མ་དུན་པ་རྣམས་དུ་མི་གནས་པར་སྒྲིལ། མིག་ནི་ལོང་། ལོང་བྱིད་ཀྱང་མེད།  
 ལག་དུ་འཁར་བ་ཅུ་ཡང་མེད། ། བད་དྲག་པོས་ནི་གཟིར། ལྱར་ཆེན་  
 པོས་ནི་ལོན། ཆོད་པས་ནི་བསྐྱེད་སྒྲུག་སྒྲིལ་པས་ནི་གདུངས། ཆོམ་  
 ཀྱན་དང་གཅན་གཟན་འཇིགས་སུ་རུང་བས་གང་བའི་འགྲོག་དགོན་དུ་ནི་  
 འབྱུངས། ལམ་ངན་པར་ནི་ཞུགས། ། གར་འགྲོའི་སྒྲིགས་ནི་བསྐྱེད།  
 ཅི་བྱའི་གཏོལ་ནི་མེད། ། མགོན་སྐབས་དང་དཔུང་གཉིན་དང་ནི་བྲལ།



གནོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཏུ་མས་ནི་གཅོས། གོམ་འགྲོས་འཁྱོར་ཏེ་གོམ་  
 པ་རེར་ཁ་བྱབ་ཏུ་ནི་འགྲེལ། གཡང་ཁ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ལ་མངོན་པར་  
 རྟོགས་ནས་འགྲོ་ཞིང་ཏུ་འབོད་ལྟངས་ལྟངས་བྱེད་པ་ན། མ་དེས་ཀྱང་བྱ་རང་  
 ལ་མི་རེ་ན་སྤྱུལ་རེ། བྱ་བདག་ལ་ཡང་མ་དེ་འཛིགས་པ་དེ་ལས་སྒྲུབ་པའི་  
 རྩུ་མི་འབབ་ན་སྤྱུལ་འབབ་པས་སྒྲུབ་དགོས། དཔེ་དེ་བཞིན་ཏུ་མར་  
 རྩུར་བའི་སེམས་ཅན་ནམས། ཉོན་མོངས་པའི་གདོན་གྱིས་ནི་སྒྲུ་  
 མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ལ་ལྟ་བའི་མིག་ནི་ལོང་། དགེ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་གྱི་ལོང་བྲིད་ཀྱང་མེད། ཡང་དག་པའི་རྟོགས་གྱི་ལཱར་བ་ཅམ་  
 ཡང་མེད། སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་ནད་དྲག་པོས་ནི་གཟིར། ངན་འགྲོར་ལྟངས་  
 བའི་ལས་ངན་པའི་རྩུར་ཆེན་པོས་ནི་ལོན། ཞེ་སྒྲུང་གི་མེས་ནི་བསྐྱེད་སྤྱུ་  
 འདོད་ཆགས་གྱི་སྒྲིམ་པས་ནི་གདུངས། སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་འཛིགས་པ་ཏུ་  
 མས་གང་བའི་འཁོར་བའི་འགྲོག་དགོན་པར་ནི་འབྱམས། འཁོར་བ་དང་  
 ངན་སོང་གི་ལམ་ངན་པར་ནི་ཞུགས། བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་གར་སྒྲེ་  
 རང་དབང་དང་ནི་བྲལ། ཐར་པའི་ལམ་དང་བྲལ་བས་ཅི་བྱའི་གཏོལ་ནི་  
 མེད། སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་སྒྲུབ་པའི་མགོན་སྤྱུབས་དང་ནི་བྲལ། བདེ་བ་  
 ལ་འགོད་པའི་དཔུང་གཉེན་ནི་མེད། སྒྲེ་གན་འཆི་སྐྱེས་གནོད་པ་དང་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་ཏུ་མས་ནི་གཅོས། ལས་འབྲས་ལ་ལོག་པར་སྒྲོད་པས་གོམ་  
 འགྲོས་ནི་འཁྱོར། སྐད་ཅིག་རེ་རེར་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཏུ་མ་ནི་ལྟོང་། སྒྱིར་  
 འཁོར་བ་དང་ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་གཡང་ཁ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ལ་མངོན་  
 པར་རྟོགས་ནས་འགྲོ་ཞིང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་བས་སྒྲེ་སྤྱུགས་ཏུ་མ་འདོན་  
 བཞིན་ཏུ། བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་ནི་སྤྱུབ་མི་ཤེས།

ལྷག་བཤམ་མི་འདོད་ཀྱང་ལྷག་བཤམ་གྱི་རྒྱ་མི་དགོ་བ་ནི་བར་མཆམས་མེད་  
 པར་སྐྱབ་པའི་སྤང་དོར་གོ་ལྷག་ཅན། ཞེ་འདོད་དང་ལག་ལེན་རྒྱབ་  
 འགལ་དུ་བྱེད་པའི་ཉམ་ཐག་པའི་མ་ཆན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་  
 མཐོང་ན། མ་དེ་རྣམས་ཀྱང་བྱ་རང་ལ་མི་རེན་སྤུལ་རེ། བྱ་བདག་ལ་  
 ཡང་མ་རྣམས་སྦྱོབ་པའི་ཁྱར་མ་བབས་ན་སྤུལ་བབས་པས། སྤྱིན་ལན་དུ་  
 ཐར་པ་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་བཙོན་པར་བྱ་དགོས་ཏེ།  
 མདོ་མེའི་རྒྱན་ལས། ཇི་ལྟར་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་རྣམས་སེམས་ཅན་ལ། །  
 བྱམས་པ་ལ་སྐྱེས་སེམས་པ་འདི་འབྱུང་བ། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཡོན་ཏན་ལྷན་པ་ཡི། ། བྱ་གཅིག་པ་ལ་འང་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། ། རབ་  
 འབར་དགྲ་ཡིད་བང་དུ་སོང་། ། ལྷག་བཤམ་གྱིས་ནོན་ལུན་པས་བསྐྱིབས།  
 བསྐྱོད་དཀའི་ལམ་ལ་ཀྱན་ཏུ་ཞུགས། ། འཆིང་བ་ཆེ་དང་ཡང་དག་ལྷན།  
 ཟས་ཆེན་དུག་དང་འབྲེས་ལ་ཞེན། ། ལམ་ནི་རབ་ཏུ་སྤྱོད་གུར་པ། །  
 ལམ་གོ་ལ་རབ་ཞུགས་སྦྱོབས་རྒྱུང་བའི། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྱོད་ཇི་ལོ།  
 ཞེས་དང་། མགོ་ལ་སེམས་ཅན་ཁྱར་ཆེན་འབྱེར་བ་ཡི། ། སེམས་  
 དཔའ་མཆོག་ནི་དལ་གྱིས་འགོ་མི་མཛོལ། ། བདག་གཞན་སྤྱི་ཆོགས་  
 འཆིང་བས་རབ་བཅིངས་པས། ། བཙོན་པ་བརྒྱ་འགྱུར་དུ་ནི་བྱ་བའི་  
 རིགས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བལྟས་ནས་གཞན་ལ་སྦྱོན་  
 བཅའ་བར་མི་རིགས་ཤིང་། ཡོན་ཏན་སྤྱི་རེ་མཐོང་ན་ངོ་མཆར་བར་  
 གཟུང་ཞེས་གསུངས་མོད་ཀྱང་། འདིར་སྤྱོད་ཇི་ཤུགས་དུག་སྦྱོབ་སྐྱེས་  
 ཀྱི་ཕྱིར་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་བྱེད་སྦྱོད་ཤིན་ཏུ་དྲན་ཚུལ་དང་། འཁོར་བ་  
 སྦྱིབྱེ་བྱ་གཞི་ལྷག་བཤམ་བཟོད་སྤྲགས་མེད་པ་དུ་མ་སྦྱོང་ཞིང་། མགོན་



སྐབས་དང་བུལ་བ་སྐག་ས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་མང་དུ་སྐྱར་བ་ནི་གནད་ཆེ་  
 བར་སེམས་སྟེ། ། མངོན་མཐོ་སྐག་ས་ཀྱི་དོན་ལ། མངོན་མཐོ་ནི།  
 ངན་འགྲོ་ལས་མངོན་པར་མཐོ་བ་ལྟ་མི་དང་། དེས་ལེགས་ནི། ཐར་  
 པའི་གོ་འཕང་དོ། ། ལས་འབྲས་ལ་ཚྱངས་པས་ནི་མངོན་མཐོའི་ལམ་ལྟ་  
 པའི་མིག་གཡས་པ་དང་བུལ་ལ། དེ་ཁོན་ཉིད་ལ་ཚྱངས་པས་དེས་ལེགས་  
 ལ་ལྟ་བའི་མིག་གཡོན་པ་དང་བུལ་བའོ། ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སྐྱ་སྐྱབ་  
 བྱེད་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་ལ་ལྟ་བའི་མིག་གཡས་པ་དང་། ཆོས་སྐྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཟབ་  
 མོའི་ལམ་ལ་ལྟ་བའི་མིག་གཡོན་པ་དང་བུལ་བ་སྟེ། མདོར་ན་བྱང་ཆུབ་  
 ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་ལྟ་བའི་མིག་མེད་པའོ། ། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་  
 རྒྱུ་བྱེད་ནི་མེད་ཅེས་པ་ནི་སེམས་མཛའ་བས་བཤེས་དང་། ལུས་ཉི་བས་  
 གཉེན་ཞེས་བྱ་སྟེ། དགེ་བའི་ལས་ཤིག་སྐྱབ་བྱེད་ཆད་སྒྲུལ་མཛའ་བཤེས་  
 ཡིན་ལ། སྒྲུལ་དང་ཡོངས་འཛིན་དོན་གཅིག་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་ནི་  
 རྒྱུ་བྱེད་ཡོངས་འཛིན་དང་། རང་ལ་ལམ་སྟོན་པ་པོའི་སྒྲུལ་ནི་ཕྱིའི་ཡོངས་  
 འཛིན་ཡིན་པས། ལས་དང་པོ་པས་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་ལ་བརྟེན་དགོས་  
 ཤིང་། དེས་སྦྱོས་བྱ་རྒྱུ་དུའི་སྐབས་སུ་ངན་འགྲོར་ལྷུང་བ་ལས་འཛིན་  
 པས་མངོན་མཐོ་ལ་འགོད་ལ། འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་འཁོར་བར་ལྷུང་བ་  
 ལས་བཟུང་ནས་ཐར་པ་ལ་འགོད་པ་དང་། ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་སྤྱིད་ཞི་  
 གཉིས་ཀ་ལས་བཟུང་ནས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ལ་འགོད་པ་ལ། དེ་ལྟ་  
 བྱའི་ལོང་བྱིད་ནི་མེད་ཅེས་པའོ། ། དབྱེན་བཅོས་པ་ནི། ཉེས་སྦྱོད་  
 གྱིས་སེམས་དབང་མེད་དུ་གྱུར་པ། བརྟེན་འཆར་བ་ནི། བརྟེན་པ་འམ་  
 འགྲེལ་བ། གཡང་ཁ་འགྲིམས་པ་ནི། གཡང་ཁར་འགྲོ་བ། རྒྱངས་

པ་ནི། ལོང་བ། བདག་དང་གཞན་ཉག་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། ལྷ་པོ་  
 གྱི་གཞི་ནི་ལྷ་ག་བཟུལ་ཏེ། བདག་དང་གཞན་གྱི་འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་དུས་  
 ཉག་དུ་ལྷ་པོ་ལྷ་གྱི་གཞི་ལོམ་བའི་ལྷ་ག་བཟུལ་གྱིས་གདུངས་པར་མཆུངས་  
 ཞེས་པའོ། ། མར་ཤེས་སྟགས་གསུམ་གྱུ་བ་ན་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ཞར་  
 ལ་གྱུ་བ་འགྲོ་བས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ལྟོ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ན་  
 མཆུངས་འདི་ནས་འཇུག། བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་ལྷ་ག་བསམ་གསུམ་རང་སྒྲིང་དུ་  
 ཆང་བས། ལྷ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་བདག་གཞན་  
 མཉམ་བཞེད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་མཆུངས་ལ་ཆང་བ་ཡིན་ནོ། །

བྱམས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ། དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པ་དང་།  
 བཅ་ཡོན་གསུམ་གྱིས་འཆད་ལ། དམིགས་པ་ནི། བདེ་བ་དང་མི་ལྷན་  
 བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དོ། ། རྣམ་པ་ནི། བདེ་བ་དང་ཕྱད་ན་ཅི་  
 མ་རུང་སྒྲིམ་པ་འདུན་པ་ཆད་མེད་དང་། བདེ་བ་དང་ཕྱད་པར་གྱུར་ཅིག་  
 སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་ཆད་མེད་དང་། བདེ་བ་དང་ཕྱད་པར་བདག་གིས་བྱའི་  
 སྒྲིམ་པ་ལྷ་ག་བསམ་ཆད་མེད་དེ། ཆད་མེད་གསུམ་གྱི་ལྟོ་ནས་བསྐྱེད་  
 དགོས་སོ། ། བྱེ་བ་ཁྱེད་ཀྱི་དམིགས་པའི་ཞིང་། ཞེས་པ་ནི། ལྷ་པོ་  
 མདོ་ལས་གངས་བཙུ་ཆུ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་གསུངས་ལ། ཆོས་མཛོན་པ་  
 ལྷ་པོ་ན་བྱེ་བ་གངས་གཅིག་དུ་བྱས་ཏེ། དེ་ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ་ལ་བཙུ་གཞི་  
 གཅིག་དུ་བྱས་པའི་དེ་འདྲའི་ཐེར་འབྲུམ་ཆེན་པོ་བྱེ་བའི་གངས་དང་མཉམ་  
 པའི་ཞིང་ཞེས་པའོ། ། འོན་ཀྱང་དེ་གངས་ངེས་བཟུང་ལ་མི་བྱའི་  
 གངས་མཐའ་ཡས་པ་ལ་བྱའི། ། རྩུ་ཆོས་ཞེས་པ་ལ། དམར་མཆོན་  
 དུ་མཆུང་དུ་ལ་རྩུ་དང་། དེའི་ནང་དུ་འབྲས་བཙུ་པ་ལ་རྩུ་ཆོས་



ཟེར་གསུངས། རིན་ཆེན་ཕྱེང་བའི་དར་རྒྱུ་ལས། འབྲས་བུ་བཅུ་ལྔ་ག  
 བཅོམས་པའི་ཕུ་བ་ལ་གསུངས་པས་རྩུ་ཞེས་པ་རྒྱུ་དུ་མིན་པར་གསལ།  
 ཡུད་ཅམ་ཐང་གཅིག་ནི། མཛོད་ལས། སྐད་ཅིག་མ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ལ།  
 དེ་ཡི་སྐད་ཅིག་དེ་དག་ཀྱང་། ། རྩལ་ཅུ་ལ་ནི་ཐང་གཅིག་གོ། ། ཡུད་  
 ཅམ་ཉིན་ཞག་ལྔ་གསུམ་ནི། ། གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱམ་ཅུ་འགྱུར། ། ཞག་  
 མི་ཐུབ་དང་བཅས་པ་ཡི། ། ལྷ་བ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལོ་གཅིག་། ཅེས་པ་  
 ཉིས། རྩེས་བུ་ཉི་ཤུ་བས་དང་ལྔ་ན་པས་སེ་གོ་ལ་གཅིག་གཏོགས་པའི་ཡུན་ལ་  
 ཆ་རེ་ལྔ་ར་ཕྱེ་བའི་ཆ་གཅིག་ལ་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ དེ་བརྒྱ་  
 དང་ཉི་ཤུ་ལ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ དེ་རྩལ་ཅུ་ལ་ཐང་གཅིག་ དེ་སྐྱམ་ཅུ་  
 ལ་ཡུད་ཅམ་གཅིག་ དེ་སྐྱམ་ཅུ་ལ་ཞག་གཅིག་ དེ་སྐྱམ་ཅུ་ལ་ལྷ་བ་  
 གཅིག་ དེ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལོ་གཅིག་ ལོ་རྩལ་ཅུ་ལ་རབ་བྱུང་གཅིག་  
 དེ་ལ་ནག་རྩིས་པས་ལོ་རྒྱུ་ཡང་ཟེར། སྐར་རྩིས་པ་རྒྱུ་དུས་བཅོམ་  
 ཅུ་ལ་ནི། རྩེས་བུ་ཉི་ཤུ་གསུམ་ལ་རྩལ་ལ་རྒྱ་སྐད་གཅིག་ དེ་རྩལ་ཅུ་  
 ལ་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ དེ་རྩལ་ཅུ་ལ་ཞག་གཅིག་ ཡང་ན། རྩེས་བུ་ནད་  
 མེད་པའི་དབྱགས་ལྷག་པ་སྐྱམ་བརྒྱ་རྩལ་ཅུ་ལ་རྒྱ་ཆོད་གཅིག་ དེ་རྩལ་ཅུ་  
 ལ་ཞག་གཅིག་གསུངས་པ་གཉིས་དོན་འདྲོ། ། བྱམས་པ་བསྐྱམས་པའི་  
 སྐར་ལོ་ནི། ཆོ་འདི་ལ་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་ཅམ་ལ་བྱམས་པ་རྩེས་ན་དེ་ལ་  
 དབང་བའི་ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་འགྱུར། སྤྱིང་གཉིས་  
 ལ་རྩེས་ན་དེ་ལ་དབང་བའི་བྱངས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་འགྱུར།  
 གསུམ་ལ་རྩེས་ན་དེ་ལ་དབང་བའི་དདུལ་གྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་  
 འགྱུར། སྤྱིང་བཞི་ལ་རྩེས་ན་དེ་ལ་དབང་བའི་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་

བའི་ཀྱལ་པོར་འགྱུར། སྟོང་གསུམ་ལ་སྒྲིམ་ན་ལྟའི་དབང་པོ་ཚངས་པར་  
 འགྱུར། སྟོང་རྒྱུ་དྲ་དང་། སྟོང་གཉིས་པ་བར་མ་ལ་སྒྲིམ་ན་དེ་ལ་  
 དབང་བའི་བདག་པོར་འགྱུར། བཅ་མཁའི་མཐས་ཁྱབ་པའི་སེམས་ཅན་  
 ལ་སྒྲིམ་ན་དེའི་འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་མིན་པ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་  
 གསུངས། དེ་ཆོག་ཅམ་ལས་མ་སྒྲིམ་ཀྱང་རང་གི་སྤང་བའི་མཆོག་ཏུ་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བདུད་བྱེ་བ་དུང་ཕུར་བྱམས་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་བརྟལ་བ་ཡིན་པས། སྤྱན་རླབས་པའི་ཞལ་ནས།  
 སྤྱག་རུམ་པ་ལ་ནན་ལྟར་ན་པ་རྣམས་པོ་འཛོམས་པའི་ཐབས་ལ་བྱམས་པ་ཅམ་  
 མེད་པ་ཡིན་གསུངས་སྟེ། དེ་བས་ན་བྱམས་པ་བྱ་བ་ནི་མིང་ཐོས་པ་རང་  
 གིས་སྟོང་སངས་སངས་འདུག་པ་ཡིན་གསུངས། དེས་ན་བྱམས་པ་འདི་  
 སྟོང་ཀའ་བས་ཡང་ཡང་སྟོ་སྟོང་བ་དང་། ཐ་ན་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཅམ་གྱིས་  
 ཀྱང་གོམས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། སྟོ་སྟོང་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལ་དྲན་པ་  
 བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར། ། སྟོང་ལམ་ཀྱན་ཏུ་ཆོག་གིས་སྤྱང་། ། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། སྟོང་ལམ་རྣམ་བཞི་ཐམས་ཅད་དུ་བྱམས་སྟོང་རྗེའི་དམིགས་  
 རྣམ་ནར་མར་བསྟེན་ཅིང་། དེ་ལ་དྲན་པ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར། བྱམས་པ་  
 དང་། སྟོང་རྗེའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་མདོ་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་  
 རྣམས་ཡང་ཡང་འདོན། ལྷག་པར་བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། གསེར་འོད་  
 དམ་པ་ལས་འབྱུང་བའི་བྱམས་པ་དང་། སྟོང་རྗེ་བསྟོམ་པ་སྟན་པའི་  
 ཆོགས་བཅད་རྣམས་ལ་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསམས་ཏེ། ཐ་ན་ཆོག་  
 ཏུ་ཡང་བཏོན་ནས་སྟོམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གསེར་འོད་དམ་པའི་  
 ར་ཆེན་སྤྱི་ཡིས་ནི། ། སྟོང་གསུམ་འཛིག་ཉེན་འཛིག་ཉེན་གསུམ་འདི་ན།



ངན་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཤུལ་གཤིན་རྒྱུ་བཤུལ་དང་། ། དབུལ་བའི་སྒྲིལ་  
 བཤུལ་སྒྲིལ་བཤུལ་ཞི་བར་ཤོག ། ར་པོ་ཆེ་ཡི་སྒྲིལ་རྒྱུ་འདི་ཡིས་ནི། །  
 འཇིག་རྟེན་པོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་གུར་ཅིག ། ཇི་ལྟར་བྱུང་དབང་  
 འཇིགས་མེད་འཇིགས་ཞི་ལྟར། ། སེམས་ཅན་འཇིགས་མེད་འཇིགས་  
 དང་བུལ་བར་ཤོག ། ཇི་ལྟར་འཁོར་བར་ཀུན་མཁྱེན་བྱུང་དབང་པོ་  
 འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་དང་ལྡན་པ་ལྟར། ། སྦྱིད་གུ་ཏིང་འཛིན་བྱང་  
 རྒྱུ་ཡན་ལག་གི། ། ཡོན་ཏན་ལྡན་ཞིང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོར་གུར། ། ར་  
 པོ་ཆེ་ཡི་སྒྲིལ་རྒྱུ་འདི་ཡིས་ནི། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆངས་པའི་  
 དབྱངས་ལྡན་གུར། ། སངས་རྒྱུ་བྱང་རྒྱུ་དམ་པ་མཚོག་རེག་ཤོག  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དགེ་བ་བསྐྱར་གུར་ཅིག ། བསྐྱེད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་  
 བཞུགས་པར་ཤོག ། འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་ཆོས་ནི་སྟོན་གུར་ཅིག ། ཉོན་  
 མོངས་འཛོམས་འགྱུར་སྒྲིལ་བཤུལ་སེལ་བར་ཤོག ། འདོད་ཆགས་ཞི་  
 ལྡང་གཏི་སྒྲིལ་ཞི་གུར་ཅིག ། སེམས་ཅན་གང་དག་ངན་སྒྲིལ་སར་གནས་  
 ཏི། ། ཏུས་པ་དང་ནི་ལུས་གདུངས་རབ་འབར་བ། ། དེ་དག་ར་ཆེན་  
 བསྐྱེད་པ་ཐོས་གུར་ནས། ། སངས་རྒྱུ་བྱུང་འཆལ་ལོ་ཞེས་ཆོག་སྒྲིལ་ཤོག  
 སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྦྱི་བ་བརྒྱ་དག་དང་། ། སྦྱི་བ་སྦྱང་བྱུང་བྱུང་བ་སྦྱི་བྱུང་  
 ཤོག ། བྱུང་པའི་དབང་པོ་རྟག་ཏུ་བྱུང་གུར་ཅིག ། དེ་དག་གིས་ནི་རྒྱ་  
 ཆེན་གསུང་ཐོས་ཤོག ། ར་པོ་ཆེ་ཡི་སྒྲིལ་རྒྱུ་འདི་ཡིས་ནི། ། སངས་རྒྱུ་  
 རྣམས་དང་རྟག་ཏུ་འགྲོགས་རྟེན་གུར། ། རྟོག་པའི་ལས་རྣམས་རྣམ་པར་  
 སྦྱང་བར་ཤོག ། བྱུང་དགེ་བ་རྣམས་ནི་སྦྱོང་གུར་ཅིག ། ཞིང་རྣམས་  
 ཀུན་ལ་སྦྱོག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་དག་ན་སྒྲིལ་བཤུལ་

ཀུན་ཞི་གྱུར། ། སེམས་ཅན་དབང་པོ་མ་ཆང་ཡན་ལག་ཉམས། ། དེ་  
 ཀུན་དེ་ཉམས་དབང་པོ་ཆང་བར་ཤོག། ། གང་དག་ནད་བཏབ་ཉམ་ཆུང་  
 ལུས་ཉམས་དང་། ། རྟོགས་བཅུ་དག་ན་སྤྱབས་མེད་གྱུར་པ་རྣམས། །  
 དེ་ཀུན་གྱུར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག། ། ནད་མེད་སྟོབས་དང་དབང་པོ་  
 རྟེན་པར་ཤོག། ། གང་དག་རྒྱལ་པོ་ཆོམ་རྒྱན་དགས་བརྟེན་གས་བསད་ཐུག་  
 དང་། ། རྟུག་བསྐྱལ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་བརྒྱ་ཡིས་ཐོངས་གྱུར་པ། །  
 སེམས་ཅན་ཉམ་ཐག་གྱུར་ཅིང་རྟུག་བསྐྱལ་དེ་དག་ཀུན། ། འཇིགས་  
 མ་ཆོག་མི་བཟད་བརྒྱ་པོ་དེ་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག། ། གང་དག་བརྟེན་གས་ཤིང་  
 བཅིངས་དང་བཅིངས་པས་གཟིར། ། ཐོངས་པ་སྣ་ཆོགས་དག་ན་གནས་  
 གྱུར་ཅིང་། ། ཉེན་མོངས་སྟོང་ཐུག་དུ་མས་དགྲུགས་ནས་ཀྱང་། །  
 འཇིགས་པ་མི་བཟད་ཐུང་ན་སྣ་ཆོགས་རྟེན། ། དེ་དག་ཐམ་ཅད་བཅིངས་  
 ལས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག། ། མནར་བ་དག་ནི་བརྟེན་ < བརྟེན > ལས་ཐར་  
 བར་ཤོག། ། གསད་ཐུ་རྣམས་ཀྱང་སྟོག་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག། ། ཐོངས་  
 འགྱུར་ཐམས་ཅད་འཇིགས་པ་མེད་པར་ཤོག། ། སེམས་ཅན་གང་དག་  
 བཀྲེས་མེད་སྒྲིམ་གྱིས་གཟིར། ། དེ་དག་བས་སྒྲིམ་སྣ་ཆོགས་རྟེན་པར་ཤོག།  
 མོང་བས་གཟུགས་རྣམས་སྣ་ཆོགས་མཐོང་གྱུར་ཅིག། ། འོན་པས་ཡིད་  
 འོང་སྒྲ་རྣམས་ཐོས་པར་ཤོག། ། གཅིར་ཐུ་རྣམས་ཀྱིས་སྣ་ཆོགས་གོས་རྟེན་  
 གྱུར། ། སེམས་ཅན་དབྱེ་པོས་གཏིར་རྣམས་རྟེན་པར་ཤོག། ། བོར་  
 འབྱ་རིན་ཆེན་སྣ་ཆོགས་མང་པོ་ཡིས། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་  
 ལྡན་པར་ཤོག། ། གང་ཡང་རྟུག་བསྐྱལ་ཆོར་བས་གཏོང་མ་གྱུར། །  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉུན་རྟུག་པ་དང་། ། གཟུགས་བཟང་མཛེས་ཤིང་



ཚུལ་དུ་ཤེས་པར་ཤོག། ། ཉག་ཏུ་བདེ་བ་དུ་མ་གསོག་གུར་ཅིག། ། ཡིད་  
 གྱིས་བས་སྒྲིམ་དལ་འབྱོར་བསོད་ནམས་དག། ། བསམས་མ་ཐག་ཏུ་དེ་  
 དག་གུབ་གུར་ཅིག། ། རྩ་རྩ་ཅང་ཉེན་པོ་མང་སྒྲ་སྒྲ་དང་། ། རྩ་མིག་  
 མཆོད་དང་རྩ་བུ་ཉེད་ཀ་དག། ། གསར་གྱི་པར་ལྷ་ལྷ་ལ་པར་ཅན། །  
 བས་སྒྲིམ་གསོ་ཞོར་ལུ་ཉིག་ཞོར་བུ་དབྱིག། ། རྩ་གསེར་རིན་ཆེན་སྒྲ་  
 ཆོག་ས་ལེ་རྩ་ཆ། ། དེ་དག་བསམས་མ་ཐག་ཏུ་གུབ་གུར་ཅིག། ། འཇིག་  
 ཉིན་གང་ནའང་སྒྲ་བསྒྲ་སྒྲ་མི་འབྱུང་། ། སེམས་ཅན་གཅིག་གྲང་མི་  
 འབྱོད་མཐོང་མ་གྲུར། ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཁ་དོག་རྩ་ཆེན་དང་། །  
 མན་རྩ་དུ་ནི་འོད་བྱེད་གུར་བར་ཤོག། ། མི་ཡི་འཇིག་ཉིན་ལུན་སྒྲ་  
 ཆོག་ས་གང་ཡོད། ། དེ་དག་བསམས་པས་སྒྱེ་བར་དེ་དག་གྲུར། །  
 བསམ་པ་ཐམས་ཅད་བསམས་མ་ཐག་ཏུ་ཡང་། ། བསོད་ནམས་འབྲས་བུ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཤོག། ། སྒྲིམ་དང་སྒྲིམ་བ་དག་དང་སྒྲིག་པ་དང་།  
 གསོ་དང་སྒྲིམ་མ་མི་ཉིག་སྒྲ་ཆོག་ས་དག། ། སྒྲིམ་ཤིང་དག་ལས་དུས་གསུམ་  
 འབབ་པར་ཤོག། ། སེམས་ཅན་དེ་དག་ལེན་ཅིང་དགར་གུར་ཅིག། །  
 དེ་བཞིན་གསེགས་པ་བསམ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་། ། རྫོགས་པའི་བྱང་  
 རྩ་བ་སེམས་དཔའ་ཉན་ཐོས་དང་། ། རྩ་བུ་ཡི་མེད་བརྟན་པའི་ཆོས་  
 ལ་ཡང་། ། རྩ་གསེར་བུ་རྩ་མས་སུ་མཆོད་པ་བྱེད་པར་ཤོག། ། འགྲོ་བ་  
 དམའ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་གུར་ཅིག། ། མི་ཁོ་མ་བརྟན་པོ་དག་ལས་འདས་  
 པར་ཤོག། ། དལ་བའི་རྩ་པོ་དམ་པ་ཐོབ་གུར་ཅིག། ། ཉག་ཏུ་སངས་  
 རྩ་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། ། ཉག་ཏུ་མཐོན་པའི་རིགས་སུ་སྒྱེ་བར་  
 ཤོག། ། ཞོར་དང་འབྲུ་ཡིས་མཛོད་ནམས་འབྱོར་གུར་ཅིག། ། སྒྲ་

དང་གྲགས་དང་གཟུགས་དང་ཁ་དོག་གིས།     | བསྐྱེད་པ་དུ་མར་ལེགས་  
 པར་བརྒྱན་པར་ཤོག།     | བྱད་མེད་ཐམས་ཅད་ཉག་ཏུ་ཕོར་གྱུར་ཏེ།     |  
 དཔའ་ཞིང་བརྒྱལ་ཕོད་མཁས་ཤིང་གསལ་བར་ཤོག།     | དེ་ཀྱན་ཉག་ཏུ་  
 བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་སྦྱོང་གྱུར།     | ཡ་རོལ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྦྱོང་པར་ཤོག།     |  
 སྦྱོགས་བརྒྱ་དག་ན་རིན་ཆེན་ཤིང་དབང་དུང་།     | སངས་རྒྱས་བདེར་  
 བཞུགས་རིན་ཆེན་པེུཊཱ་ལི།     | བྱི་ལ་བཞུགས་པ་དག་ནི་མཐོང་གྱུར་ཅིག།  
 ཆོས་བསྟན་པ་ཡང་དེ་དག་གིས་ཐོས་ཤོག།     | ཅེས་གསུངས་པ་འདི།  
 བྱམས་སྒྲིང་རྗེའི་དམིགས་རྣམས་ལ་ཞིང་བྱིན་ལྷབས་ཀྱི་ཆོད་ཁ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
 བ་ཞིག་ཡིན་པས།     སྒྲོལ་བཟུང་ནས་ཡང་ཡང་འདོན།     གཞན་ཡང་།  
 མཆོག་གི་སྦྱོང་པའི་སྦྱོན་ལམ་ལས་ཀྱང་།     སེམས་དམུལ་དུང་འགྲོ་གཤིན་  
 རྗེའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་།     | དུང་འགྲོའི་གནས་རྣམས་མི་ཡི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 དང་།     | འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱང་པོ་མཐའ་དག་རྣམས།     | བདག་ལ་  
 བབས་འགྱུར་འགྲོ་བ་བདེ་བར་ཤོག།     | ཅེས་དང་།     བྱམས་པ་མཆོག་  
 སྦྱོན་གྱི་སྦྱོན་ལམ་ལས་ཀྱང་།     སྤྱིད་ཅེ་མན་ཆད་མནར་མེད་ཡན་ཆད་དང་།  
 འཇིག་རྟེན་བཟང་དུ་མེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།     | ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལྷ་འཕྲེ་  
 ཆེན་པོའི་ཆོག་ས།     | བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་གིས་སྤངས།  
 ཞེས་དང་།     བདེ་མཆོག་རྒྱན་བཤགས་ལས་ཀྱང་།     སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་ལ་སྦྱིན།     | བདག་གི་དགོ་བས་དེ་ཀྱན་བདེ་བར་ཤོག།  
 ཅེས་དང་།     གཞན་གྱི་མི་འདོད་བདག་གི་རྒྱད་ལ་ལེན།     | བདག་གི་  
 དགོ་བ་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བསྒྲོ།     | དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་སྒྲོ་གསུམ་གྱིས།  
 དུས་གསུམ་བགྱིས་པ་བདག་གིས་སྤངས་པ་ཡིས།     | མ་ཕྱ་དུག་གིས་



མདངས་དང་ལྷན་པ་ལྟར། ། ཉེན་མོངས་བྱང་ཆུབ་གྲོགས་སུ་འགྱུར་བར་  
 ཤོག། ། བདག་གི་དགོ་ཅ་འགྲོ་ལ་སྦྱིན་པ་ཡིས། ། བྱ་རྒྱུ་དུག་ཐོས་སྦྱོར་  
 གྱིས་གསོས་ལྟར་ཤོག། ། ཅེས་དང་། སྦྱོར་དཔོན་ལྷ་སྦྱོར་གྱིས་ཀྱང་།  
 བདག་ལ་དེ་དག་ཐོག་སྦྱིན་ཅིང་། ། བདག་དགོ་མ་ལུས་དེར་སྦྱིན་ཤོག  
 ཅེས་དང་། སྦྱོང་འཇུག་ལས་ཀྱང་། འགྲོ་བའི་སྦྱོར་བཟུལ་གང་ཅིའང་  
 ཅུང་། ། དེ་ཀྱང་བདག་ལ་སྦྱིན་གྱུར་ཅིག། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 དགོ་འདུན་གྱིས། ། འགྲོ་བ་བདེ་ལ་འགོད་པར་ཤོག། ། ཅེས་པ་རྣམས་  
 ཀྱང་ཡང་ཡང་འདོན་ཞིང་ཡིད་ལ་བྱ། དེ་ལྟར་བྱམས་སྦྱིང་རྒྱུ་དེ་དམིགས་  
 རྣམ་སྦྱོང་པའི་སྐབས་སུ་བྱུང་དངོས་གཞི་དང་། བྱུང་མཆོམས་ཐམས་  
 ཅད་དུ་སྦྱོང་བ་གལ་ཆེ་བར་སྦྱོར་རིམ་ལས། སྦྱིང་རྒྱུ་དེ་ཉིང་དེ་འདོན་ལ་  
 འདུག་ཀྱང་ཅུང་། སྦྱོང་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ཅུང་སྟེ། དུས་ཐམས་  
 ཅད་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་དང་། རྒྱུ་  
 རིན་པོ་ཆེས། སྦྱིང་རྒྱུ་དེ་མཆོན་པ་ཅམ་སྟེ། དམིགས་རྣམ་གང་སྦྱོང་  
 ཐམས་ཅད་ལ་འདུའོ། ། ཞེས་དང་། ལམ་གྱི་དམིགས་པ་གང་དང་  
 གང་སྦྱོང་ཡང་ཐོག་མ་ནས་རང་འབྱུངས་སུ་མི་ཡོང་བས་ཡུན་བསྐྱེད་སུ་ནས་  
 བསྒྲོམ་དགོས། ཐ་ན་ཆོག་དུ་བརྗོད་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་གོམས་དགོས་ཞེས་  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས་སོ། ། ལྷོ་བའི་དབང་ལྷོ་བའི་ལེགས་ཀྱི་མཆོ་  
 བདེ། བྱུང་མཆོམས་སུ་སྐྱེད་མཐོ་བ་དེར་ཐེབས་ན་ཡང་། སངས་  
 ཀྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་གྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། ། བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་  
 སྦྱོབས་སུ་མཆོ། ། བདག་གིས་སྦྱིན་སྐབས་བཞིས་པ་འདི་དག་གིས། །  
 འགྲོ་ལ་པན་བྱིར་སངས་ཀྱས་འགྱུར་བར་ཤོག། ། ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་རེ་

མཛད། རྟེན་གསུང་མེ་རྟོག་གིས་བརྒྱན་པ་རེ་གཟིགས་ན་ཡང་། ས་  
 གཞི་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱུགས་ཤིང་མེ་རྟོག་བཟུམ་། ། རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཉི་ལྔས་  
 བརྒྱན་པ་འདི། ། སངས་རྒྱུས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཡུལ་བ་ཡིས། ། འགྲོ་  
 ཀྱན་རྣམ་དག་ཞིང་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག། ། ཅེས་མཛུལ་ཡུལ་ནས། སངས་  
 རྒྱུས་ཆོས་ཆོགས་མ་འདོན་ཞིང་བྱུགས་བསྐྱེད་མཛད། རྒྱ་སྤྱོད་པ་ཡིད་དུ་  
 འོང་བ་རེ་གཟིགས་ན་འང་དེ་བཞིན་མཛད། དབྱར་དུས་ཀྱི་ཞིང་ལ་རྟོག་  
 བཟང་པོ་གཟིགས་ན་འང་དེ་བཞིན་མཛད། རྣམས་ཆལ་མེ་རྟོག་གིས་  
 བརྒྱན་པ་གཟིགས་ན་འང་དེ་བཞིན་མཛད། རྩེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱི་  
 མ་རེ་གོ་ཡ་ཙེ་ར་དེ་རྒྱན་དུ་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་བྱུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་  
 དེ། སྐབས་ཤིག་རྩེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོ་ཁོང་གི་རི་ཁྲོད་དུ་ཐེབས་པས།  
 ཁོང་ཆོར་ < ཆོས > ཡུང་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་སྤྱོད་རབས་ཀྱི་དཔེ་ཞིག་  
 གཟིགས་ཀྱིན། མཆོམས་རེར་བྱུག་མཐེ་བོང་གེར་ནས་ཁྲོད་བྱང་ཁྲོད་བྱང་  
 གསུངས། མཆོམས་རེར་དབྱ་གཏུམས་ནས་སྤྱོད་ཆབ་རང་གནང་གི་  
 འདུག ད་རེས་སྤྱི་མ་དེ་འདྲ་མཛད་པ་ཅི་ཡིན་ཞུས་པས། བདག་ཅག་  
 གི་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་དཀའ་སྤྱོད་གྲངས་མེད་པར་མཛད་  
 ཚུལ་མཐོང་ཅན་ཁྲོད་བྱང་བེར་བ་ཡིན། རང་རེའི་སྤྱོད་ཚུལ་དང་། མ་  
 བྲན་ཉམ་ཐག་པ་རྣམས་དྲན་ཅན་མཆོམས་མི་འཆོར་བའི་དབང་མི་འདུག་  
 གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེས། རྩེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་  
 མཆོལ། རེད་རང་གཉིས་བྱུག་པའི་ཆོ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེའི་བྱང་  
 རྒྱུ་གི་སེམས་འདི་སྐར་ལ་སྐད་ཆ་སྤྱོད་ཁོག་ཡང་སངས་སངས་བ་རེ་བྱེད་རྒྱ་  
 ཡོང་གི་འདུག གཞན་དང་སང་འདི་ལ་སྤྱང་བ་གཏོང་མཁན་མི་འདུག



ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཉིན་མཚན་མང་པོར་འདི་སྐོར་ལ་གསུང་འཕྲིན་  
 འབའ་ཞིག་མཛད་ནས་མཐར་ལོག་འབྱོན་ཁར། རེ་གེ་ཨ་ཅ་རའི་ཞལ་  
 ནས། དཔྱད་རང་ཡང་རི་ཁྲོད་དུ་ཕྱིན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་རྒྱད་  
 ལ་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་བྱེད་དགོས་གསུངས་པར། རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་  
 མཚོས་གཏམ་མཚར་གྱི་ཚུལ་དུ་དེ་ཁ་བྱེད། ང་ཡི་སེམས་འདི་ཡང་དངོས་  
 པོ་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་དངོས་པོ་ཡིན་པས། རིང་གཉིས་ལ་  
 སྐྱེ་རེས་ཡོང་གསུངས་ནས། སྤྲུལ་འཁོར་བ་ཞིན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་  
 ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་པས་ཐུགས་རྒྱད་ལ་ལེགས་པར་འབྱུངས་ཏེ།  
 རི་ཡི་ཚེར་སོང་ཡང་འདི་དུན། ལྷང་དུ་སོང་ཡང་འདི་དུན། རི་ལྟར་  
 ཐུས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་འཚོར་ཞེས་གདེང་ཁེལ་བའི་གསུང་བྱོན།  
 སེར་ཚེའི་ཤར་གྱི་རི་གདོང་དང་། ར་ཁ་བྲག་གི་མཐའི་གོང་། སུར་བུ་  
 ཚྭ་གི་རུབ་གྱི་བྲག་འབྱར་གོང་ན་མས་སུ་ཕེབས་ཕྱིན་ཡན་ལག་བདུན་པ་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་། བཅས་པ་རེ་ངེས་པར་མཛད། ས་མཐོ་ས་ནས་  
 སེམས་བསྐྱེད་ན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོ་འོང་བར་རྗེ་སྤྲུལ་མས་གསུངས་པ་  
 ཡིན་གསུངས། ཐུག་འབྱར་གོང་དེ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲིང་ཞེས་ཐུགས་སྒྲིང་  
 ངན་སོང་ཐུག་བསྐྱེད་ནི། དཔྱུལ་བ་དང་དུད་འགྱུརི་ཐུག་བསྐྱེད་དང་།  
 གཤིན་རྗེའི་ཐུག་བསྐྱེད་ནི། ཡིད་གས་གྱི་ཐུག་བསྐྱེད། དབྱུལ་བའི་ཐུག་  
 བསྐྱེད་ནི། མི་ལ་སྐྱེས་པའི་དབྱུལ་བའི་ཐུག་བསྐྱེད། ཐུག་བསྐྱེད་ཞི་  
 བར་ཤོག་ཅེས་པ་ནི། ཐུག་བསྐྱེད་དེ་དག་སྐྱེས་འགྲོ་བ་ན་མས་གྱི་ཐུག་  
 བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་པ་ནི། ། ཐུམས་པ་བསྐྱོམ་པའི་གོ་  
 རིམ་ནི། ཤོག་མར་མཛའ་བཤེས་ལ་བསྐྱོམ། དེ་ནས་བར་མ་དང་།

དེ་ནས་དགྲ་ལ་བསྒོམ་པར་བྱ་ཞིང།      དེ་ནས་སེམས་ཅན་གླུ་མས་ཅན་ལ་  
 རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྒོམ་མོ།      ༥

སྒྲིང་རྩེ་བསྒྲོམ་པ་ལ།    དམིགས་པ་དང་།    རྣམ་པ་དང་།    ཡན་  
 ཡོན་གསུམ།    དམིགས་པ་ནི།    རྟུག་བསྐྱེལ་གསུམ་གྱིས་ཅི་དམིགས་པར་  
 རྟུག་བསྐྱེལ་བའི་སེམས་ཅན་ནོ།    ། རྣམ་པ་ནི།    རྟུག་བསྐྱེལ་དེ་དག་  
 དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་པ་འདུན་པ་ཆད་མེད་དང་།    བྲལ་བར་གྱུར་  
 ཅིག་སྒྲུམ་པ་སྒྲོན་པ་ཆད་མེད་དང་།    བྲལ་བར་བདག་གིས་བྱའོ་སྒྲུམ་པ་  
 རྟུག་བསྐྱེལ་ཆད་མེད་དོ།    ། སྒྲིང་རྩེ་ལ་དབྱེ་ན།    སྒྲིང་རྩེ་ཅན་དང་།  
 སྒྲིང་རྩེ་ཆད་མེད་དང་།    སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་གསུམ།    དང་པོ་ནི་མས་བྱུ་ལ་  
 དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྩེ་ལྟ་བུ།    གཉིས་པ་ནི།    རང་གི་བདག་རྒྱུན་བསྐྱེལ་  
 གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལས་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟུག་བསྐྱེལ་དང་  
 བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ལྟ་བུ།    གསུམ་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ།    སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་།    སྒྲིང་རྩེ་ཆད་མེད་ལ་ལྟ་  
 བཞི་སྟེ།    བསྐྱེལ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་  
 ལས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དེ།    སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་སྒྲིང་རྩེ་ཆད་  
 མེད་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་དང་།    བསྐྱེལ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་ཉན་  
 རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཆད་མེད་ནི།    སྒྲིང་རྩེ་ཆད་མེད་ཡིན་ཡང་སྒྲིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་དང་།    བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོ་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ལྟ་དང་།    མས་བྱུ་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྩེ་  
 ལྟ་བུ་ནི་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་ཡིན་ནོ།    ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟུག་  
 བསྐྱེལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བཙེ་བ་དེ།    སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་



པོའི་མཆན་ཉིད། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ། སེམས་ཅན་ཅམ་  
 ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ། ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ།  
 དམིགས་མེད་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའོ། ། དེ་ནམས་བསྒྲུབ་ཚུལ་  
 བློ། མི་ཉག་པ་དང་བདེན་པར་མེད་པ་གང་གིས་ཀྱང་ཁྱད་པར་དུ་མ་བྱས་  
 པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་  
 བསྒྲུབ་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཅམ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྒྲུབ་  
 ཚུལ་དང་། མི་ཉག་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 དམིགས་ནས་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་བསྒྲུབ་པ་ནི། ཆོས་ལ་དམིགས་  
 པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྒྲུབ་ཚུལ་དང་། བདེན་མེད་ཀྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་  
 ཏེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟུག་  
 བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་སྟུག་དུ་བསྒྲུབ་པ་ནི། དམིགས་མེད་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྒྲུབ་ཚུལ་ལོ། ། མདོར་ན་མི་ཉག་པ་དང་། བདག་  
 མེད་པ་གང་གིས་ཀྱང་ཁྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པར། སེམས་ཅན་འདི་སྟུག་  
 བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་སྟུག་པ་དང་། མི་ཉག་པའི་རང་བཞིན་དུ་རྒྱར་བའི་  
 སེམས་ཅན་འདི་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་སྟུག་པ་དང་། བདེན་མེད་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་དུ་རྒྱར་བའི་སེམས་ཅན་འདི་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་སྟུག་པ་ལྟ་  
 བྱས་བྱས་ན་བདེའམ་སྟུག་མོ། ། ཆོད་མེད་གཞན་གསུམ་ལའང་དབྱེ་བ་  
 དང་བསྒྲུབ་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། ཆོད་མེད་བཞིའི་རྒྱ་ལ།  
 ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་གི་ཆོད་མེད་བཞི་སྟེད་པའི་ནུས་པ་དེ་ཆོད་མེད་  
 བཞིའི་རྒྱ་རྒྱུན། ཆོད་མེད་བཞི་སྟེན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ཆོད་  
 མེད་བཞིའི་བདག་རྒྱུན། ཆོད་མེད་བཞིའི་སྤྲོ་རྣམ་དེ་མ་ཐག་དུ་བྱུང་བའི་

ཚད་མེད་བཞི་སྟེང་པའི་རིག་པ་དེ་ཚད་མེད་བཞིའི་དེ་མ་ཐག་གྱེན་དུ་འཛོག་  
 གོ། ། ཚད་མེད་བཞིའི་སྒྲ་དོན་ནི། འབྲུམ་གྱི་གཞོན་འཛོམས་ལས།  
 སེམས་ཅན་ཚད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཆོག་མ་ཚད་མེད་པའི་རྒྱར་  
 འགྱུར་བ་དང་། ཆོས་ཚད་མེད་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་དང་། ཡེ་  
 ཤེས་ཚད་མེད་པའི་སྟོང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཚད་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། སྟོང་རྗེ་བསྐྱེམས་པའི་ཡན་ཡོན་ནི། སྟོང་  
 གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པ་ལས། བཅུན་པ་ཤར་དུ་ཉིའི་བྲ། གཞན་  
 ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་མི་ཟད་དོ། ། དེ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། བཅུན་པ་ཤར་དུ་ཉིའི་བྲ།  
 འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། དབུགས་ཕྱི་ནང་དུ་རྒྱ་བའི་མིའི་སྒྲ་གི་དབང་  
 པོའི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་  
 རྗེ་ཆེན་པོ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་དག་པར་འགྱུབ་པའི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་  
 ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྟེང་པ་ལས་ཀྱང་།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་རབ་དུ་མང་པོ་ལ་  
 བསྐྱབ་པར་མི་བགྱེའོ། ། བཅོམ་ལྡན་འདས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཆོས་གཅིག་རབ་དུ་གཟུང་ཞིང་རབ་དུ་རྟོགས་པར་བགྱེས་ན། སངས་  
 རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེའི་ལག་མཐིལ་ན་མཆིས་པ་ལགས་སོ། ། ཆོས་  
 གཅིག་པོ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའོ། ། བཅོམ་ལྡན་  
 འདས། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལག་མཐིལ་དུ་མཆིས་པ་ལགས་སོ། ། བཅོམ་ལྡན་  
 འདས། དཔེར་བགྱེན། འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོའི་འཁོར་ལོ་རིན་



བོ་ཆེ་དེ་གང་དུ་མཆིས་པ་དེར་དཔུང་གི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་མཆིའོ། །  
 བཅོམ་ལྷན་འདས། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་  
 གང་དུ་མཆིས་པ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་མཆིའོ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། བསྐྱེད་པའི་གོ་རིམ་ནི། ཐོག་མར་མཛའ་བཤེས་  
 དང་། དེ་ནས་བར་མ་དང་། དེ་ནས་དགྲ་ལ་བསྐྱེད། དེ་ནས་རིམ་  
 གྱིས་ཕྱོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་བསྐྱེད་མོ། ། ཡང་སྐྱེས་  
 བསྐྱེད་ཆེ་རིམ་ནས་བསྐྱེད་པ་བཤམ་པས་གསོད་བཞིན་པའི་ལྷག་ལྟ་བུའི་  
 རྣམ་པ་མཐུན་དུ་དམིགས་ནས། དེ་ལ་སྐྱེས་བསྐྱེད་དང་འཇིགས་སྐྱེས་  
 ཡོད་ཚུལ་སོགས་བསམས་ནས་སྒྲིང་རྩེ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཐོག་པ་ཆེ་རིམ་  
 རྣམ་བསྐྱེད་པ་ལ། དག་འདུན་གྱི་དགོར་ལ་བག་མེད་དུ་སྦྱོད་པ་སོགས་  
 ཐོག་པ་མེད་ག་བསྐྱེད་ཚོགས་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས། སྦྱོད་འདུག་  
 ལས། སྐྱེས་བསྐྱེད་འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། ། སྐྱེས་བསྐྱེད་ཉིད་  
 ལ་མངོན་པར་རྒྱག་ ། བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཉི་སྐྱེས་པས། ། རང་གི་  
 བདེ་བ་དགྲ་ལྟར་འཇོམས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འདོད་རྒྱུ་བདེ་བ་  
 ཞིག་འདོད་ནས་བསྐྱེད་རྒྱུ་སྐྱེས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབའ་ཞིག་སྐྱེད་པ་རྣམས་ལ།  
 ཆེ་འདིར་ཡང་བདེ་བ་ནི་མི་འདུག་ ཤི་མ་ཐག་དུ་དམུལ་བར་སྦྱོ་བ་ལས་  
 འོས་མི་འདུག་ དེར་སྦྱོས་ན་ཡུན་ནི་རིང་། སྐྱེས་བསྐྱེད་ནི་ཤུགས་དྲག་  
 བཟོད་སྐྱགས་ནི་མེད། བསྐྱེད་པར་ནི་མི་རུས། མགོན་སྐྱབས་དང་ནི་  
 བྲལ་བའི་ཉམ་ཐག་པའི་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་སྒྲིང་རྩེ་རྩམ་དུ་མིག་ནས་  
 མཆི་མ་འབྱུགས་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སོགས་སེམས་ཅེ་ཡམ་ཡམ་  
 མ་སྐྱེད་བར་དུ་བསྐྱེད། གཞན་ཡང་མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཐོག་མ་

མེད་པའི་དུས་ནས་རང་གི་མ་ཡང་ཡང་བྱས་ཏེ་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་ཚད་མེད་  
 པ་བསྐྱབས། གནོད་པ་དང་སྐྱག་བསྐྱུལ་ཚད་མེད་པ་ལས་བསྐྱབས་ཚུལ་  
 ཡང་ཡང་བྱན་པ་དང་། རང་གི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་  
 འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་དགོས་  
 པས་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་སྤང་དོར་གྱི་  
 གནས་ལ་སྤངས་པས་འཁོར་བར་འབྱམས། འཁོར་བ་སྤྱིའི་སྐྱག་བསྐྱུལ་  
 དང་། རྩེ་བྲག་སོ་སོའི་སྐྱག་བསྐྱུལ་བཟོད་སྐྱགས་མེད་པ་ལྟོང་། དོན་  
 མེད་འཁོར་བའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་ནས་འཁོར་བ་དང་ངན་འགྲོའི་ལམ་ངན་  
 པར་ཁྱགས། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལས་གོལ། བདེ་  
 བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་ནི་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་བསྐྱབ་མི་ཤེས།  
 སྐྱག་བསྐྱུལ་མི་འདོད་ཀྱང་སྐྱག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་མི་དགེ་བ་སྤྱང་མི་ཤེས། ཞི་  
 འདོད་དང་ལག་ལེན་རྒྱབ་འགལ་དུ་སོང་། ཕན་པའི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་  
 ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་དཔྱོད་མི་རུས། འདོད་ཆགས་དང་ཞི་སྤང་དང་གཉི་  
 སྐྱག་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ་རང་ལ་རང་དབང་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཐོབ་ཅིང་། མི་འདོད་བཞིན་དུ་སྐྱག་བསྐྱུལ་བཟོད་  
 སྐྱགས་མེད་པར་ལྟོང་བའི་མ་རྒྱན་དྲིན་མོ་ཆེ་འདི་རྣམས། བདེ་བ་དང་།  
 བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག སྐྱག་བསྐྱུལ་དང་།  
 སྐྱག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག སྐྱམ་དུ་མཆི་མ་ཉིལ་  
 ཉིལ་དུ་བསྒོམ། རྒྱ་མཐོང་།

ཡང་སྤྱིང་རྩེ་ཤིན་ཏུ་སྤྱི་དཀར་བ་བྱང་ན་སྤྱིང་རྩེའི་འཕྱུལ་འཁོར་  
 གསུམ་བསྒོམ་པར་བྱ་སྤྱི། སེམས་ཀྱི་འཕྱུལ་འཁོར་ནི། རང་གི་རྩ་བའི་



མ་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་འདི་རྣམས་འགའ་ཞིག་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་སྤྱོད།  
 འགའ་ཞིག་འབྲས་ལུ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་སྤྱོད་དེ་མ་ཆུན་འདི་རྣམས་ལས་ངན་སྣ་  
 ཚོགས་བསགས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བ་སྤྱོད་དང་། ཕྱི་བྱ་གི་སྤྱད་  
 བསྐྱེད་དང་། བྱུང་པར་དམུལ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བཟོད་སྤྱད་པར་  
 བྱུང་པ་འདི་རྣམས་སྤྱོད་རེ་རྒྱུ། སྤྱད་བསྐྱེད་འདི་དག་ལས་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་  
 གྲོལ་བར་འགྱུར་སྟུང་དུ་བསམས་ཤིང་མཆི་མ་ཉིལ་ཉིལ་དུ་བསྐྱོམ་མོ། །  
 ལུས་ཀྱི་འཕྲུལ་འཁོར་ནི། ལུས་ཚོགས་ལུར་འདུག ལག་པ་གཉིས་འགྲུམ་  
 པ་ལ་སྤྱོད། གྲུ་མོ་གཉིས་བསྐྱེད་ལ་བཅུགས། མགོ་བོ་བཀྱག རོ་  
 འཇུག་གནས་ཅིང་བཞིན་བསྐྱེད་ལ་མཆི་མ་འདོན་པའི་རྒྱལ་དུ་བྱུང་། །  
 ངག་གི་འཕྲུལ་འཁོར་ནི། ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་དེ་ལྟར་གནས་ནས།  
 སེམས་ཀྱིས་མ་ཆུན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱད་བསྐྱེད་བཟོད་སྤྱད་པར་བྱུང་རྒྱལ་  
 རྒྱས་དུག་དུ་བསམས་ལ། ངག་དུང་ཡི་ཡམ་མ། ང་ཡི་ཡམ་མ་ཞེས་བརྒྱ་  
 དང་སྟོང་ལ་སོགས་པ་བཟང་ཞིང་། དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་པས་སྤྱོད་རྒྱུ་དབང་  
 མེད་དུ་སྤྱོད་བའཕྱུང་ངོ་། ། དུ་སྤྱོད་འདོད་པ་དང་། སྤྱོད་གང་བ་དང་།  
 སྤྱད་བསྐྱེད་ཅན་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། དུན་པ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་དབང་མེད་དུ་སྤྱོད་བའཕྱུང་། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་དང་འོག་ནས་འཕྱུང་བ་  
 ལྟར་གཏོང་ལེན་ཀྱིས་དུག་དུ་བསྐྱོམ་པར་བྱུང་། ། སྤྱད་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཙུ་  
 བཅུ་ནི་ལུར་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱུང་། ། ལུར་རྒྱགས་རེ་ལ་  
 ཞེས་པ་ནི། ལུར་པ་བཅུགས་པ་ལྟར་ཆེ་གཅིག་པ་རེ་ཞེས་པའི་དོན་དང་།  
 སྤྱོད་རྒྱུ་ལོ་ངོ་གིས་འཇུག་པ་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱིས་མཆུངས་པར་  
 འཇུག་པ་གཉིས་རྣམས་གངས་ཡིན་པས། དོན་ལ་ཆེར་མ་བསྐྱོམས་ཀྱང་

ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པོ། ། སྒྲིབ་ཇེ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པའི་ཚད་ནི་འོག་ཏུ་  
 འཆད་དོ། ། ཐེག་བསྐྱུས་ནི། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད།  
 བཟང་དང་སྒྲོན་པའི་སྒྲོབས་ཅན་སྒྲིབ་ཀྱི་དོན་ནི། བཟང་པོ་ནི་དགེ་བ་  
 དང་། སྒྲོན་པ་ནི་སྒྲོན་ལམ་དང་དེ་གཉིས་སྒྲོབས་ཅན་ཏེ། དགེ་བའི་  
 སྒྲོབས་དང་ལྡན་པས་དགེ་བའི་མི་མཐུན་སྒྲིབ་ཀྱིས་ཐེག་ཀྱིས་མི་དོན་པ།  
 སྒྲོན་ལམ་གྱི་སྒྲོབས་ཅན་ཏུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་དང་ཕྱད་པ། མི་  
 དགེ་བའི་སྒྲིབ་པ་པོས་བསྐྱོད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདུན་པ་མི་  
 གཏོང་བའི་བརྟན་པ་དང་། བྱང་པོར་འགྲོ་བ་ནི་ཆེ་འདི་དང་སྒྲིབ་མར་དགེ་  
 བའི་ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཁིང་མི་ཉམས་  
 པར་ཡོན་ཏན་ཏུ་བྱང་བྱང་ཅན་གྱིས་ཆོག་པར་མི་འཛིན་པ་སྟེ། ཡོན་ཏན་དེ་  
 བཞི་དང་ནམ་ལྡན་པ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་བསྐྱེད་པ་གྲངས་  
 མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་བསགས་པའི་འགོ་ཀྱན་ཏུ་ཚུམ་པར་མཛད་པ་ཡོན་ལ།  
 འདུན་པ་མི་བརྟན་ན་ཐེག་དམན་དུ་ལྷུང་འགྲོ་བ་དང་། བརྟན་ཀྱང་ལོ་ཟླ་  
 སྒྲིབ་པ་ལ་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྲོ་ན་གྲངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཆོགས་ཀྱི་འགོ་  
 བཅུམ་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡང་གྲངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཆོགས་བསགས་པའི་  
 འགོ་བཅུམས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ནས་མ་ཡིན་གྱི།  
 བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིབ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པ་ནས་  
 དེའི་འགོ་བཅུམས་པ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་སྒྲིབ་ལས། ནམ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ཆོས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་དེ་ནས་  
 བཅུམས་ཏེ་བསྐྱེད་པ་བགྲང་བར་བྱ་ཡི། ཐེག་མའི་སེམས་ནས་བཅུམས་



ཉེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་ཉེར་  
 གཉིས་ནི། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། དེ་ཡང་སྒྲིབ་པ་གསེར་རྒྱ་བ་ལྟོ། །  
 གཉེར་དང་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་མཆོ། ། རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་བཤེས་གཉིན་  
 དང་། ། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ཉི་མ་གྱི། ། རྒྱལ་པོ་མངོན་དང་ལམ་པོ་ཆོ།  
 བཞིན་པ་བཀོད་མའི་རྒྱ་དང་ནི། ། སྒྲ་སྒྲ་རྒྱ་བོ་སྒྲིན་རྒྱལ་སྒྱིས།  
 རྒྱལ་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་སོ། ། ཞེས་པ་ལྟར། སེམས་བསྐྱེད་དེ་ལ་དཔེ་  
 གྲགས་ཆོས་མཐུན་གྱི་སྒྲིན་སྒྲིན་དཔེ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ཡོད་དེ། བྱང་སེམས་  
 ཆོགས་ལམ་རྒྱུ་དུ་བའི་རྒྱུ་གྱི་རང་གི་གྲགས་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་འདོད་གྱི་  
 འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་དཀར་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་གཞི་བྱེད་པས་སྟེ་བྱའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་  
 འབྲིང་པོ་བའི་རྒྱུ་གྱི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་ནས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བདེ་བྱེད་  
 འདོད་པའི་བསམ་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་  
 བར་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པས་གསེར་བཟང་པོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་།  
 བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་བའི་རྒྱུ་གྱི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་  
 ལ་སྒྲིབ་པར་འདོད་པའི་ལྟ་པའི་བསམ་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་  
 བསྐྱེད་ནི་དྲན་པ་ཉེར་གཞན་གསལ་དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འཕེལ་བར་  
 འགྱུར་བས་རྒྱ་བ་ཆོས་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། བྱང་སེམས་སྦྱར་  
 ལམ་པའི་རྒྱུ་གྱི་མཁྱེན་གསུམ་རྗེས་མཐུན་པ་བསྒྲུབ་པའི་སྦྱར་བ་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་པའི་བྱུང་ཤིང་མངོན་  
 གྱུར་བ་སྒྲིག་པས་མེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། འདི་བཞི་ལ་མོས་པ་སྦྱོང་

པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་བཟློག། ས་དང་པོ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིན་པའི་པར་  
 བྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་གདུལ་བྱའི་སེམས་  
 ཅན་ཆོམ་པར་བྱེད་པས་གཏེར་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ས་གཉིས་པ་  
 བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་ཡོན་ཏན་  
 རིན་པོ་ཆེའི་འབྲུང་གནས་ཡིན་པས་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། ས་གསུམ་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་བཟོན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་རྒྱུན་རྒྱུས་ཀྱིས་མི་ལུགས་པས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། ས་བཞི་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་བཙོན་འགྲུལ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་ལམ་ལས་གཞན་གྱིས་མི་བྱེད་པས་རྩི་རྩི་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། ས་ལྔ་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་རྣམ་པར་གཡེང་བས་མི་བསྐྱོད་པས་རི་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། ས་དྲུག་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ནད་སེལ་བས་སྒྲན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 དང་། ས་བདུན་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་གཞན་དོན་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་  
 ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། འདི་བདུན་ལ་ལྟ་བུ་བསམ་དག་པའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཅེས་བཟློག། ས་བརྒྱུད་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་རི་ལྟ་བུ་སྒྲོན་པ་འགྲུབ་པས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་ལྟ་  
 བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ས་དགུ་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོབས་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་གདུལ་བྱ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པས་ཉི་མ་ལྟ་བུའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་། ས་བརྒྱུད་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་



སེམས་བསྐྱེད་ནི་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་སྟན་པའི་དག་གིས་ཆོས་སྟན་པས་ལྷ་  
 དབྱངས་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ས་བརྒྱད་པ་ས་དགུ་པ་ས་བརྒྱུ་པ་སྟེ་  
 དག་པ་ས་གསུམ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་དང་  
 མཚུངས་ལྷན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི། མཐུ་ཐོགས་པ་མེད་པས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་  
 བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་དང་མཚུངས་ལྷན་  
 གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་མང་པོའི་སྟོན་ཏུ་  
 ལྷ་ར་པས་མངོན་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་ཕྱོགས་སེ་  
 བདུན་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་འཕགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་དེ་ནས་གཤེགས་པས་ལམ་པོ་ཆེ་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་།  
 དེའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་དང་ལྷག་མཐོང་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་  
 འཁོར་འདས་གང་དུའང་མི་ལྷུང་བར་འགྲོ་བས་བཞོན་པ་ལྷ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་གཟུངས་དང་སྤྲོས་པ་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་སྤར་ཐོས་པ་དང་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་འཛིན་པས་བཀོད་མའི་  
 རྒྱལ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། བྱང་སེམས་ས་བརྒྱུ་པ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་  
 སྟོན་བཞིའི་དགའ་སྟོན་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་གདུལ་བྱ་  
 འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་བའི་སྟན་པ་སྟོགས་པས་སྟོན་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་འདི་མན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་དགུ་ནི་རྣམ་པར་སྟོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ནོ། ། གཙོ་  
 བོར་ལོངས་སྤྱིའི་རྒྱད་ཀྱི་བཤོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནི་གཞན་དོན་གྱི་བྱ་བ་ཐ་མི་དད་པས་རྒྱ་པོ་ལྷ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། གཙོ་བོར་སྤྱལ་སྤྱིའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་སྤྱད་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་

སེམས་བསྐྱེད་ནི་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་ན་བཞགས་པ་དང་། ཡུམ་གྱི་  
ལྷམས་སྤྱུ་འབྱུག་པ་སྟགས་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཉུང་ཉུང་རུང་བས་སྒྲིན་  
ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་རྣམས་སོ། ། དེ་གཉིས་ལ་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་ཅེས་བརྗོད་དོ། རྩ།

ལྷག་བསམ་བསྐྱེད་པ་ལ། དེ་ལྟར་བྱམས་པ་དང་སྒྲིབ་རྒྱུ་ཡིད་  
འགྱུར་བའི་ལྷོང་བ་ཐོན་པ་ན་ལྷག་བསམ་བསྐྱེད་པར་བྱ་ལ། དེ་ཡང་།  
ལྷག་བསམ་གྱིས་མནར་ཞིང་བདེ་བས་སྤངས་པའི་སེམས་ཅན་ལྷག་བསམ་  
དང་བྲལ་ན་སྒྲུལ་པ་དང་། བདེ་བ་དང་སྤང་ན་སྒྲུལ་པ་ཅན་གྱིས་མི་ཆོག་  
པར་ཁུར་དེ་རང་གཅིག་ལུས་བྱུར་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་  
ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་། ལྷག་བསམ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་  
བདག་ཉིད་གཅིག་ལུས་བྱུར་སྒྲུལ་པ་ནི་བསམ་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པས།  
འདི་ནི་ཉན་རང་གི་བསམ་པ་ལས་ལྷག་པས་ན་ལྷག་བསམ་ཞེས་བྱེད།  
ལྷག་བསམ་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་ལ་འགོད་ཚུལ་ཡང་གནས་སྐབས་འཁོར་  
བའི་བདེ་བ་ནི་འཁོར་བ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ངི་སྒྲིབ་ལྷོང་ཡང་དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་གྱིས་བསྐྱུས་པས་ན། སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་  
པའི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱུར་  
སྒྲུལ་དུ་བསྐྱེད། དེ་ཡང་སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་  
པའི་ཞེས་པ་ནི། འཁོར་བའི་ལྷག་བསམ་དྲན་ནས་སྤངས་པ་ལུན་ཆོགས་  
ལ་འགོད་འདོད་དང་། ཡང་དག་པར་ཞེས་སྟགས་གྱིས་རྣམ་བུར་སྒྱུགས་  
གྱི་རྒྱ་འབྲས་བསམས་ཏེ་རྫོགས་པ་ལུན་ཆོགས་ལ་འགོད་པར་འདོད་པའོ།  
འོ་ན་དྲིན་གཞིའི་སྐབས་ཀྱང་འགོ་བ་རྣམས་སྤང་འདས་ལ་དགོད་པར་བྱ་



བསམ་པ་ཡོད་པས་ལྷག་བསམ་དང་ཁྱད་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེན་སྦྱོན་མེད་དེ།  
 བདག་གིས་སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་། ལྷག་བསམ་དང་བྲལ་  
 བར་བྱའོ་སྦྱོར་པ་ཅམ་རྒྱན་གཞོ་དང་། བྱམས་པ། སྦྱོང་རྩེ་སྟགས་ཀྱི་  
 སྐབས་ནས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལྟར་ང་རང་གཅིག་ལུས་བྱེད་སྦྱོར་པ་ལྷག་བསམ་ཀྱི་  
 སྐབས་ལས་སྤྲུལ་མ་རྣམས་ལ་མེད་པས་ཁུར་དུ་ཁྱེར་མ་ཁྱེར་གྱི་ཁྱད་ཡོད་དེ།  
 དཔེར་ན། ཆོང་བྱེད་པའི་སྐབས་འདི་ཉི་ལར་བྱ་སྦྱོར་པ་དང་། ཆོང་  
 ཐག་བཅད་པ་མི་འདྲ་བ་ལྟར་ཡིན་པས་སྤྱི་རིས་སོ་སོར་བྱེད་དགོས་སོ། །  
 དེ་ལྟར་བྱང་སེམས་རྣམས་སྦྱོང་རྩེ་བྱགས་དྲག་པས་གཞན་དོན་བྱེད་པར་  
 བསྐྱལ་ཡང་མི་དགོས་ལ། གཞན་དོན་རི་ལྟར་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་རང་དོན་  
 ཡང་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་མེད་ཀྱན་ལས། སྤྱོད་དཔོན་བཙེ་ཆེན་  
 ཏྲག་ཏུ་བསྟེན་པའི་བདག ། ས་རོལ་ལྷག་བསམ་དག་གིས་སེམས་  
 གསུངས་པ། ། གཞན་གྱི་བྱ་བར་ཉི་ལར་གནས་པ་ལ། ། གཞན་གྱིས་  
 བསྐྱལ་བ་ཤིན་ཏུ་ངོ་ཡང་ཆ། ། ཞེས་དང་། སྤྱོད་མོངས་པ་རང་གི་བདེ་  
 དོན་བཙེན། ། ཏྲག་ཏུ་དེ་མཐོབ་པར་ལྷག་བསམ་འགྱུར། ། བརྟན་པ་  
 ཏྲག་ཏུ་གཞན་དོན་བཙེན་ལྷན་པ། ། གཉི་གའི་དོན་བྱས་སྦྱང་ན་འདུལ་  
 བར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིས། སེམས་ཀྱི་ཤིང་ནི། ཞེས་  
 སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་འདི་དག་འགྲེལ་དཀའ་བས་གོ་  
 བདེ་བར་བྱས་ན། ཤིང་ཏྲིག་ཏའི་སྤྲོད་པོ་ལྟ་བུ་རོ་ཤིན་ཏུ་ཁ་བའི་བརྟན་  
 ཀྱིས་བསྐྱོས་པ་ལ། བྱར་ཁུ་ལྟ་བུའི་མངར་བའི་ཆུའི་ཐིགས་པ་རེ་རེ་ཅམ་  
 ལྷགས་པས་མངར་བའི་རོ་ཞིམ་པའི་དངོས་པོར་བགྱི་བར་མི་རུས་ལ།  
 དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། རང་གི་སེམས་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ཉིན་མོངས་

བས་བསྐྱེད་པས་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ལ་སྐྱེས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྒྲུབ་པ་  
 ཡུན་བྱུང་དུ་རེས་ཅིར་ཡང་ཕན་པ་མི་འགྱུར་བས་རྒྱན་ལྷན་དུ་སྦྱོང་དགོས་  
 ཞེས་པའོ། ། ཡོན་ཏན་ནི། སྦྲོལ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་རྟེས། ཡོན་ཏན་ནི་  
 གཞན་ལ་ཕན་པ། ཁོ་མ་ཐོབ་མེད་པའོ། ། ཞེས་ངོ་བོ་ཞེས་པས་མ་  
 གོས་ཤིང་འབྲས་བྱས་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དགོ་བ་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་པ་  
 ལྟར་རོ། །

བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒྲོ་སྦྱང་བ་ལ། སྒྲར་བཤད་པ་ལྟར།  
 བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་བྱགས་དྲག་དུ་བསྒྲུབས་ཤིང་། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 རྒྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བ་ལ་མ་བཟོད་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱག་བསྐྱེད་  
 ཐམས་ཅད་རང་ལ་སྤངས་ནས་འཁོར་བའི་གནས་ནས་བཏོན་ཏེ་རང་གཅིག་  
 བྱས་འཁོར་བའི་རྒྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་བར་སྦྱོ་ཞིང་། སེམས་ཅན་  
 རེ་རེའི་ཐུར་དུ་བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་མནར་མེད་ཀྱི་མེ་ནང་དུ་གནས་དགོས་  
 ཀྱང་སྦྱོང་ལ་མེད་པའི་སྒྲིང་སྦྲོལ་ཆེན་པོ་སྦྱིས་ཏེ། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་  
 འདི་དག་རི་ལྟར་བྱས་ན་རྒྱག་བསྐྱེད་འདི་དག་ལས་ཐར་བར་འགྱུར། རི་  
 ལྟར་བྱས་ན་ཐུར་དུ་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་སྟེ་དུ་  
 བསམས་པ་ན། ད་ལྟ་ནི་རང་ཉིད་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་  
 སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 ལ་འགོད་པའི་རྒྱས་པ་མེད། རྒྱས་པ་དེ་སྤྱི་ལ་ཡོད་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོད་དེ། སྒྲར་སྦྱབས་འགྲོའི་སྒྲུབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་  
 སྦྱོའི་ཡོན་ཏན་མཆན་དང་དཔེ་བྱུང་གསལ་ཞིང་ཆ་ལག་རྫོགས་པ།  
 གསུང་གི་ཡོན་ཏན་འབད་ཚེ་མེད་པར་ཡན་ལག་དྲག་ཅུ་ཙམ་བཞི་དང་ལྷན་



པའི་གསུང་དབྱངས་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་ལྟ་བུ་གཅིག་གིས་ཀྱང་རིགས་རྒྱལ་  
 གི་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་སྐད་དུ་གོ་བའི་ཆོས་སྟོན་པར་རུས་པ། ཐུགས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་ཤེས་བྱ་ཇི་ལྟ་བུ་སྤང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དང་། ཇི་སྟེང་པ་ཀྱན་རྫོབ་  
 ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལག་མཐིལ་དུ་སྦྱ་རུ་ར་སྟོན་པ་བཞག་པ་ལྟར་ཕྱི་ནང་ཀྱན་  
 གསལ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསམ་པ་དང་། དབང་པོ་དང་།  
 བག་ལ་ཉལ་ཐམས་ཅད་མདོན་སྤྱུང་དུ་གཟིགས་ཞིང་། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མ་བྱ་གཅིག་པ་ལ་བཅེ་བ་ལྟར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་  
 པར་འདུག་པས་སེམས་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་ལས་རུང་དུ་གྱུར་པ་ཡོད་ན་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་གདུལ་བའི་དུས་ལས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འདའ་བར་འཕྲིན་ལས་  
 ཉེར་བདུན་པོ་ཐམས་ཅད་འབད་ཚུལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྤྱོད་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་མདོར་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན། སྤྱོད་གྱི་  
 རིགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ནི། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཁོ་ན་ཡིན་འདུག་སྟུང་དུ་བསམས་ལ་ཐོག་མར་དད་པ་ཅི་འཕེལ་བྱ།  
 དེ་ནས་དད་པས་འདུན་པའི་ཉིན་བྱེད་པར་གསུངས་པས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་  
 ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ཐོབ་འདོད་བསྐྱེད་དེ་རང་གི་དོན་དུ་ཡང་རྣམ་མཁྱེན་  
 ཐོབ་པ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ལ་ངེས་པ་དྲང་ངོ། ། དེ་ལྟར་གཞན་དོན་དོན་དུ་  
 གཉེར་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ་དགོས་པར་བསྟན་ལ། འོ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་རུས་  
 པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། འདིའི་དོན་སྤར་ལན་དུ་མར་བཤད་ཟིན་  
 མེད་ད་དུང་ཡང་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་རུང་བྱེད་བཞིན་ན། རང་ཉིད་  
 ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་རུས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་སོགས་སྤར་

ཕྱོད་པའི་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱང་དང་པོ་ནི་ད་ནས་སངས་རྒྱུ་རྣམས་པ་མ་  
 ཡིན་གྱི། རང་ཅག་འདྲ་བ་ལས་ཉོན་གཉིས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ།  
 སྐབས་འགར་རང་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུར་སྒྲིམ་ཆེ་ཁོང་རྣམས་བྱན་དང་བཞོན་པ་  
 སྐགས་སུ་འབྱུངས་པ་ཡང་མང། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་  
 རང་ཡལ་བར་དོར། གཞན་གཅིས་པར་བབྱང་ནས་གཞན་དོན་ཁོ་ན་  
 བསྐྱབས་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བསྐྱབས་པས་སངས་རྒྱུ་རྣམས་པ་ཡིན།  
 རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱས་  
 བ་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་ཐོབ། གཞན་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
 སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཐོབ་ཀྱས་ཏེ། ཆོས་སྐྱའི་ས་བོན་སེམས་བདེན་གྲུབ་ཀྱིས་སྤྱང་  
 པའི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དེ་ནི་དུས་གསུམ་ཀྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་  
 ཕྱོད་ཡང་རུང། མ་ཕྱོད་ཡང་རུང་འགྱུར་བ་མེད་ཅིང་རང་བཞིན་རྣམ་  
 པར་དག་པ་བེཊུཊ་ལྟར་དུངས་ཤིང་འོད་གསལ་བ་དེ་སྒྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མས་  
 བསྐྱབས་པ་ཡིན་པས། དེ་དཔེར་ན། འོར་བུ་མཁའ་མཁས་པས་འོར་  
 བུམྱི་བདར་སྐགས་ཀྱིས་རིམ་གྱིས་སྤྱངས་ཏེ་བེཊུཊ་སྒྲོ་སངས་དེར་བཏོན་  
 ཡོང་བ་བཞིན་དུ་བསོད་རྣམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་རིམ་གྱིས་བསགས་  
 པས། སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་སྒྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྤྱངས་ནས་རང་རྒྱུད་དྲི་  
 མས་ཇི་དག་ཇི་དག་དུ་སོང་ནས། མཐར་དག་པ་གཉིས་ལྟན་གྱི་ཆོས་སྐྱ་  
 དེས་པར་ཐོབ་ཀྱས་སོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་གྱེ་རྩོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལས། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཉིད། ། འོན་ཀྱང་སྒྲོ་བུར་དྲི་མས་བསྐྱབས།  
 དྲི་མ་དེ་སངས་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཉིད། ། སངས་རྒྱུ་རྣམས་གཞན་དུ་བཅལ་བ་མེད།



ཅེས་སོ། ། གཞན་ཡང་རང་ཉིད་འཆང་རྒྱ་ངེས་ཡིན་ཏེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སེམས་བདེན་སྟངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
 བདེན་འཛིན་བཀའ་ཆགས་དང་བཅས་པ་སེམས་ལས་འབྲལ་རུང་གི་སྟོ་བྱར་  
 བ་ཡིན་དགོས། དེ་ཡིན་ན་རང་ཉིད་འཆང་རྒྱ་ངེས་ཡིན་པས་བྱལ་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདེན་འཛིན་སེམས་ལས་འབྲལ་  
 རུང་གི་སྟོ་བྱར་བ་ཡིན་ཡང་། བདེན་འཛིན་འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ་རྒྱུད་  
 ལ་སྟེ་རུང་དུ་མ་གྱུབ་བོ་ཞེ་ན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་དྲི་མ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་མེད་པ་ཡིན་ན་མ། ཐབས་ཡོད་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་པ་མེད་པ་ཡིན་  
 ན་མ། ཐབས་ཤེས་པ་ཡོད་ཀྱང་ཐབས་ལ་དོན་གཉེན་སྟེ་མི་སྲིད་པ་ཡིན་  
 ན་མ། དེ་སྲིད་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་པའི་གང་ཟག་གིས་བརྩེ་བས་ཀྱན་ནས་  
 བསྐྱངས་ཏེ་ཐབས་སྟོན་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་མ། བསྟན་ཡང་ཐབས་དེ་ལ་  
 བྱགས་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་མི་སྲིད་པ་གང་ཡིན། དང་པོ་མི་རིགས་ཏེ།  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་དྲི་མ་མཐའ་དག་  
 ཟད་པར་བྱེད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་མི་རིགས་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་  
 དོན་དུ་ཐབས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
 སྟོན་པ་རིགས་པས་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ།  
 སངས་རྒྱས་ལྷན་གྱིས་བསྐྱེད་བཤམ་བཞེན་ནས་མངོན་མཐོ་ལ་དོན་གཉེན་  
 མ་སྟེས་པའི་སེམས་ཅན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཇེས་ལེགས་ལ་དོན་  
 གཉེན་རེ་ཞིག་མ་སྟེས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པས་རེ་ཞིག་ནས་  
 ལམ་བཟང་ལོངས་འབྱུང་བ་དང་། ལྷང་འདས་ལ་དོན་གཉེན་གྱི་སྟོ་སྟེ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། སེམས་ཅན་རང་གི་ངོས་

བསའོན་གཉིས་སྒྲིམ་པའི་ཆོ། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མ་བུ་གཅིག་པ་ལྟ་བུའི་བཙེ་བ་ཉམས་པ་མི་མངའ་བས་ཆོས་  
 ཉན་པའི་མཛད་པ་མི་འདོར་བའི་ཕྱིར། ལྷ་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། རེ་  
 ཞིག་གི་ཆོན་རིགས་སང་པའི་རྒྱུ་ཆར་ནས་རིགས་སང་པར་འགྱུར་བ་རྒྱད་  
 སྒྲུ་ཙམ་འབྲེལ་སྒྲིམས་ལས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར། ད་ལྟར་སྒྲུར་  
 རང་དང་པ་མ་བུ་ཆོའི་ཚུལ་དུ་འབྲེལ་བའི་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་ཞིག་ས་  
 ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་མ་ལུས་པ་རྫོགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་གཤེགས་པ་  
 རང་ཉིད་མ་དག་འཁོར་བའི་གནས་ངན་འདིར་ལུས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་བཙོང་  
 སྤྱགས་མེད་པ་དུ་མར་ཕྱིང་ཡང་འཇིགས་སྤྱག་དང་སྒྲིབ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་  
 མེད། ཕྱང་ཚུབ་ཐོབ་འདོད་དང་། དེར་བཞོད་པའི་ལམ་ལ་བཙོན་པ་  
 ཅུང་ཟད་ཅམ་མེད་པར་སྦས་དལ་དུ་སྤྲོད་པ་ནི་དུད་འགྲོ་ལས་ཀྱང་སྤྱན་བས་  
 ཡི་ལྷག་པའི་གནས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། བྱ་གཅིག་དུ་གནས་པའི་དུད་  
 འགྲོ་སྤྲོན་མ་རྒྱུས་ལ་བརྟལ་ན་རྗེས་མ་རྒྱུས་དེའི་རྗེས་སུ་སྤྲོབ་འདོད་ཀྱིས་  
 ཤིན་དུ་བྲེལ་ནས་རྗེས་སུ་རྒྱག་པ་དང་། ཡང་ཉིན་གཅིག་གི་ལམ་གྲོགས་  
 རྒྱུས་སྤྲོན་དུ་སོང་ན་རང་ཉིད་སྦས་དལ་དུ་སྤྲོད་མི་མོད་པར་འབྲལ་དུ་དེ་  
 དག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་དགོས་པས་སོ། ། དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ཉི་མ་རེ་རེ་  
 བཞིན་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 དང་། དེ་ཐོབ་ཕྱིད་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་གསོག་པ་ལ་བཙོན་པ་ཤུགས་དྲག་  
 བསྐྱེད་པ་ནི་གནད་ཀྱི་དོན་དུ་གཟུང་བར་བྱའོ། །

སྤྱངས་པའི་འབྲས་ལུ་སེམས་བསྐྱེད་ཇོས་གཟུང་བ་ལ་གསུམ་  
 སེམས་བསྐྱེད་བསྒྲུབ་པའི་ཚུལ། ཕྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ། དེའི་དབྱེ་



བཤོ། ། དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་རང་གཞན་གྱི་དོན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་  
 ཕྱིན་ན་ སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཞིག་ཐོབ་དགོས་པར་འདུག་པས།  
 བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅིན་སྐུང་ཐོབ་པར་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་  
 ཕྱིན་ནས་པར་སླ་མ་ལྟས་ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ་སླུ་དུ་བསམས་ལ།  
 སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ལམ་ཕྱིན་བྱའོ། ། གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 རོ་བོ་ནི། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་ཤིང་། རང་གི་གྲོགས་  
 ལུ་ལྟར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་ལྟར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
 འདུག་སྒོར་ལྟར་པའི་གཙུག་པོ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་ཁྱད་པར་ཅན་དེ། བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད། དེ་དང་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསུམ་དོན་གཅིག་ ཅིའི་ཕྱིར་སེམས་བསྐྱེད་ཅིས་བྱ་ཞེ་  
 བ། སེམས་ཀྱང་ཡིན། བསྐྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པས་ན་སེམས་བསྐྱེད་ཅིས་  
 བྱའོ། ། སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན་གཙུག་པོ་སེམས་ཡིན་དགོས་ལ། དེ་ཡི་  
 རང་ནས་ཡིད་ཤེས་དག་བཞིག་སྟེ། འཕགས་པ་གྲོལ་སྟེ། སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་ཞིས་བྱ་བ་ལ་སེམས་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་རྣམ་པར་རིག་པའོ།  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། དཀར་  
 པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་ནི་དེ་ལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཞིས་སྒོ་  
 ལུའི་རྣམ་ཤེས་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷང་མ་བལྟན་  
 ཡིན་པ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་དག་ལ་མ་བཞག་པས། དཀར་ཆོས་ཀུན་གྱི་  
 ཉེན་དུ་བྱང་བ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་མཆོད་གཞིར་བཤད་དོ། ། གསུམ་པ་  
 དབྱེ་བ་ལ་བཞི། རང་གི་རོ་བོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ། ས་མཆོམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་

དཔྱེ་བ། དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྒྲིན་སྒྲིན་དཔྱེ་བ། དཔྱེ་བྱོགས་ཆོས་མཐུན་ཀྱི་སྒྲིན་  
 བྱས་དཔྱེ་བའོ། ། དང་པོ་ལ་གཉིས། སྒྲིན་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲིན་བྱས་  
 དཔྱེ་བ་དང་། ཡིན་ཚུལ་ཀྱི་སྒྲིན་བྱས་དཔྱེ་བའོ། ། དང་པོ་ནི། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྒྲིན་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲིན་བྱས་དཔྱེ་བ། ཀྱན་རྫོབ་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་། འོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
 བྱུང་པར་ནི། སྒྲིན་མེད་པའི་བྱུང་ཚུལ་ཀྱི་འོན་དམ་པའི་གནས་ལྷགས་  
 ཅམ་ལ་སེམས་པ་མིན་པར་ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲིན་ལ་ཡང་སེམས་པ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཐེག་ཆེན་ལམ་ཁྱགས་ལ་ཡོད་ཀྱི། ལམ་མ་  
 ཁྱགས་ན་མེད་དོ། ། བྱུང་ཚུལ་ཀྱི་འོན་དམ་པའི་གནས་ལྷགས་འབར་ཞིག་  
 ལ་ཚུལ་ཚུལ་བཞག་ཚུལ་དུ་སེམས་པ་ནི་འོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། དེ་ནི་  
 ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཡན་ཆད་ན་ཡོད་ཀྱི། སྒྲིན་སྒྲིན་པོ་ལ་མེད་དོ། ། དེ་  
 ཉམ་ཡང་སྒྲིན་རིམ་བར་པ་ལས། ཇི་སྐད་དུ། བྱུང་ཚུལ་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི་  
 རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་དང་། འོན་དམ་པའོ། ། ཞེས་གསུངས།  
 རྫོགས་པའི་བྱུང་ཚུལ་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ལ་གཉིས་སྒྲིན་བྱུང་ཅིང་། ཐེག་  
 ཆེན་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་  
 གཙོ་བོ་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་རིག་དེ། འོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད།  
 དེ་ཉམ་ཡང་མདོ་མེད་ཀྱན་ལས། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རབ་མཉེས་  
 བྱས། ། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་རབ་བསྐྱེད་ལས། ། ཆོས་ལ་མི་རྟོག་  
 ཡེ་ཤེས་ནི། ། སྒྲིན་ཕྱིར་དེ་ནི་དམ་པར་འདོད། ། ཅེས་སོ། ། དེ་ལ་  
 ཀྱང་པ་དང་པོས་ལྷུང་དམ་པ་མཐོས་པ་དང་། གཉིས་པས་རྒྱུ་དམ་པ་  
 བསྐྱེད་པ་དང་། གསུམ་པས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་དམ་པ་རྟོགས་པའི་བྱུང་



པར་བསྟན་རྟོ། །

གཉིས་པ་ཡིན་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ་ལ། སྒྲོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་  
དང་། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། སྒྲོན་པ་བཀོད་པ་  
ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ། སེམས་ཅན་གང་། སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་སྒྲོན་པ་དེ་དག་གྱང་དཀོན་ནོ། ། དེ་བས་  
གྱང་གང་། སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཆས་པའི་  
སེམས་ཅན་ཤིན་ཏུ་དཀོན་ནོ། ། ཞེས་དང་། བསྐྱབ་བརྟུས་ལས།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྒྲོན་པའི་སེམས་  
དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཆས་པའི་སེམས་སོ། ། ཞེས་དང་། སྦྱོང་འཇུག་  
ལས་གྱང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་མདོར་བསྟན་ན། ། རྣམ་པ་གཉིས་སུ་  
ཤེས་བྱ་སྟེ། ། བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པའི་སེམས་དང་ནི། ། བྱང་ཆུབ་འཇུག་པ་  
ཉིད་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ།  
གསེར་ཐོང་ལས། དང་པོར་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྩི་ཆེན་པོ་  
སྟེ་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་མཐའ་དག་གི་དཔལ་ལས་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་ཏུ་  
སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟེ་ལ། བསམ་པ་རྒྱང་པ་སྦྱོས་པ་སྒྲོན་པ་དང་།  
དེ་ནས་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བ་ལ་སྒྲུག་པས་སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྦྱོང་པ་  
ཕྱིན་ཏུ་གསྒྲུབ་པ་ཅིག་ལ་ཞུགས་ན་ཡང་འཇུག་པའི་གོ་ཚད་དོ། ། དེས་ན་  
སྒྲོན་འཇུག་གཉིས་ངོ་བོ་གཞན་དོན་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟེ་ལ།  
བསམ་པ་ཅན་ཏུ་མཆུངས་གྱང་། བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་པའི་བྱ་བས་ཐིན་མ་ཐིན་  
ཡོད་པས་འདི་གཉིས་འགལ་ཏེ། དཔེར་ན། ཡུལ་དེར་འགྲོ་འདོད་པའི་  
སྒྲོལ་པ་ཅན་དང་། དེའི་རྩིས་སུ་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་འགྲོ་བའི་བྱ་བས་

ཟིན་པ་ལྟ་བུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
 ཏུ་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་སྟོན་པ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཡིན་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཏུ་རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྱུ་ཀྱི་སྟོན་པ་འདི་དང་  
 འདི་ལྟ་བུ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྙམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་འཇུག་པ་སེམས་  
 བསྐྱེད་དེ། སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནི་འབྲས་བུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པར་  
 འདོད་པ་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་ལ་དམ་བཅའ་བ་ཡིན་ལ། འཇུག་པ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ནི་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཏུ་དེའི་རྒྱལ་སྤྱུ་པར་འདོད་པ་ཡིན་  
 པས་རྒྱལ་དམ་བཅའ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོན་པ་དང་སྟོན་པ་གཉིས་སུ་འདུ་ལ། བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་གསུམ་གྱི་ཕྱི་མ་སྟོན་ཐམས་ཅད་གང་ཏུ་འདུ་བའི་  
 གཞི་ནི་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། རྒྱལ་སྤྱུ་ཀྱི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་  
 འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཏུ་འདུ་བ་ཡིན་ནོ། ། སྟོན་རིམ་ལས། འགྲོ་བ་  
 དེ་དག་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱུ་སྤྱུ་རྩལ་ཅེས་གང་ཐོག་མར་དོན་ཏུ་  
 གཉིས་བདེ་ན་ནི་སྟོན་པའི་སེམས་སོ། ། གང་ཕན་ཆད་སྟོན་པ་བཟུང་སྟེ་  
 ཆོག་སྙམས་ལ་ཞུགས་པ་དེ་ནི་ཞུགས་པའི་སེམས་སོ། ། ཞེས་འཇུག་སྟོན་  
 མ་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྟོན་སེམས་དང་། འཇུག་སྟོན་ཐོབ་པའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་འཇུག་སེམས་སུ་བཤད་ལ། རྗེ་ཙུང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་གྲང་  
 བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་དང་། རྗེ་ལེགས་པར་བཤད་པ་  
 གསེར་གྱི་ཕྱང་བར་སྟོན་རིམ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་ཏུ་གསུངས་སོ། ། འཇུག་  
 སྟོན་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྟོན་སྟགས་པར་ཕྱིན་ཏུག་པོ་གང་རུང་གི་



ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བ་ས་དངོས་སུ་མ་བྱིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སྒྲོན་སེམས་  
 གྱི་མཆོན་ཉིད། འཇུག་སྒྲོམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྒྲིན་སྐྱེས་པར་  
 བྱེན་བྱུག་པོ་གང་རུང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བ་ས་དངོས་སུ་བྱིན་པའི་སེམས་  
 བསྐྱེད། འཇུག་སེམས་གྱི་མཆོན་ཉིད། སྦྱོང་པ་ཉམས་ལེན་གྱིས་དངོས་  
 སུ་བྱིན་མ་བྱིན་གྱི་དོན་ནི། གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྤེལ་བའི་དུས་ཉིད་ན་  
 རྒྱུ་མཐུན་དོན་གཉིས་ཀྱི་དྲན་འདུན་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ནི་སྦྱོང་པ་ཉམས་ལེན་གྱིས་དངོས་སུ་བྱིན་པའི་དོན་  
 དང་། དེ་ལྟ་བུའི་དུས་སུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པ་ནི་སྦྱོང་པ་  
 ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བ་ས་དངོས་སུ་མ་བྱིན་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། ། ས་མཆོམས་  
 ནི། སྒྲོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་དང་། འཇུག་སེམས་འཇུག་སྒྲོམ་  
 ཐོབ་པའི་ཆོགས་ལམ་ནས། སངས་རྒྱུས་གྱི་སའི་བར་ན་ཡོད་པར་ལམ་  
 རིམ་ཆེ་རྒྱུང་དང་གསེར་བྱེད་ལས་བཤད་པ་ལྟར་ནོ། ། གཉིས་པ་ས་  
 མཆོམས་གྱི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན་བཞི་ཡོད་དེ། ཆོགས་སྦྱར་གྱི་གནས་སྐབས་གྱི་  
 མས་པ་སྦྱོང་པའི་སེམས་བསྐྱེད། མ་དག་ས་བདུན་གྱི་གནས་སྐབས་གྱི་  
 ལྷག་བསམ་དག་པའི་སེམས་བསྐྱེད། དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་གནས་སྐབས་  
 གྱི་རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སངས་རྒྱུས་གྱི་སའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་  
 པའི་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ས་སུ་ཡོད་པའི་བྱུར་ཉི། མདོ་མེའི་རྒྱན་ལས།  
 སེམས་བསྐྱེད་དེ་ནི་ས་རྒྱུ་ལ། ། མས་དང་ལྷག་བསམ་དག་པ་དང་།  
 རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པ་གཞན་དུ་འདོད། ། དེ་བཞིན་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའོ། །  
 ཞེས་གསུངས། གསུམ་པ་དགོས་ཆེད་གྱི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན་གསུམ། རྒྱལ་  
 པོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད། རྒྱ་བོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད། མཉན་པ་ལྟ་

བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དང་པོ་ནི། ཐོག་མར་རང་གིས་སངས་རྒྱས་  
 ཐོབ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ། ཆོས་  
 ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་ལས། བཙམ་ལྷན་འདས། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་ནི་རེ་ཞིག་བདག་ཉིད་དུ་ལ་བར་བཞི། བདག་ཉིད་ནི་བར་བཞི་འོ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། མདོ་བསྟན་བཙམ་དུ་མ་ལས་ཀྱང་བཤད་  
 དོ། ། གཉིས་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ལ་བཀོད་ནས་  
 བདག་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ། སྟོན་གྱིས་རྒྱ་མཚོས་  
 ཁྲིས་པ་ལས། སེམས་ཅན་འདི་དག་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོར་སྤར་ཆེས་འདུག་  
 པར་བྱ། འདུག་པའི་ཕྱིས་བདག་སྤྲོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་དུ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་བྱའོ། ། ཞེས་དང་།  
 བྱང་སེམས་དེད་དཔོན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་ལས།  
 བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ནས་སྤྱད་གྱི་བདག་ཀྱང་བར་འཛུལ་  
 ལོ། ། ཞེས་དང་། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས། བཙམ་  
 ལྷན་འདས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་ཐོག་མར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 བྱང་ཆུབ་པར་འཛུལ་གྱི། བདག་ཉིད་ནི་མ་ལགས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་  
 མཉམ་དུ་འཛང་རྒྱ་བར་སྟོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ། སུམ་ཅུ་ཙ་གསུམ་  
 པའི་ལེའུའི་མདོ་ལས། བདག་ཉིད་དང་ནི་གཞན་དག་གིས། ། གཉིས་  
 ཀའི་དུལ་ཁར་བཤེས་ནས། ། བདག་གི་དུལ་ཁ་ཞི་བྱེད་ཅིང་། ། གཞན་  
 གྱི་དུལ་ཁ་ཀྱང་ཞི་བྱེད། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སེམས། །  
 སེམས་དེ་ལ་ནི་དགོད་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་



རྩོམ་དང་། མཉམ་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཚུལ་མི་འབྲད་པར་བཤམ། དེ་གཉིས་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱབས་དོན་དང་མཐུན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཟུབ་སྟེ།  
 ཞེ་བླ་པས་ངེས་པ་དྲངས་ནས་དེ་ལྟར་མི་འཛིན་པར་མ་བྱད། ཐེ་ཆོམ་  
 གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་འཛིན་པས་ལོག་ཤེས་ལོག་རྟོག་གི་དོན་མི་ཆང་བའི་ཕྱིར།  
 དེས་ན་དེ་ནི་འཛིན་སྐྱབས་དོན་དང་མཐུན་པ་མེད་པའི་མོས་སྦྱོམ་ཡིན་པས་  
 མོས་སྦྱོམ་ལ་མཐུན་མེད་ཅིང་། བྱང་སེམས་རྣམས་སྟོང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་  
 པའི་དབང་གིས་ཐུགས་སྦྱང་བ་ལ་མི་སྟོང་པ་དུ་མ་ཡོད་པ་དང་། སྟོན་ལམ་  
 འདེབས་པ་ཡང་མི་འགྲུབ་པའི་སྟོན་ལམ་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དགག་པ་དེ་  
 དག་མི་རིགས་སོ། ། བཞི་པ་དཔེ་གྲགས་ཆོས་མཐུན་གྱི་སྟོན་སྐད་ཅུ་  
 མར་ཡོད་དེ། དཔེའི་སྟོན་སྐད་ཅུ་བས་ལྟ་བུ་ནས། སྟོན་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་བར་དང་། གྲགས་གྱི་སྟོན་སྐད་ཅུ་ན་འདུན་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་སྟགས་སྟར་བསྟན་པ་ལྟར་ཉེར་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་མ་ཡིན་  
 ཡང་། རྣམ་མཐུན་དོན་གཉིར་གྱི་འདུན་པ་དང་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་བ་  
 གཅིག་པ་དང་། བྱ་བ་མཚུངས་པར་འཇུག་པ་དང་ལྡན་པས་ཆོག་བསྟུས་  
 བས་མཚུངས་ལྡན་ཞེས་བཤད་ལ། དེས་གཞན་རྣམས་ལ་འང་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། ། བཏང་སྟོམས་སྟགས་དེ་རྣམས་མན་ངག་བཞིན་དུ་སྦྱངས་པ་ལ་  
 བཞེན་ནས་སྟོ་འཕྱོངས་པའི་ཆད་ནི། རང་ལ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བའི་གྲགས་  
 དང་། ཆེས་ཤིན་ཏུ་མི་དགའ་བའི་དགྲ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་བ་ན་ཆགས་སྟངས་  
 མེད་པར་སེམས་སྟོམས་པའི་སྟོ་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྦྱེས་པ་དང་། དེ་

བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་སྤྱེད་ཞིག་མཐོང་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་སྒྲོ་རང་ཤུགས་  
 གྱིས་སྒྲེས་པ་ནི། བཏང་སྒྲོམས་ལ་སྒྲོ་འབྱོངས་པའི་ཚད་དང་། སེམས་  
 ཅན་གང་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་དུན་པའི་ཆེན་ཆེ་འདིའི་མ་མཐོང་བ་  
 དང་ཁྱད་པར་མེད་པར་འདི་བདག་གི་མ་དྲིན་ཅན་ནོ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོ་ངམ་ངམ་  
 ཤུགས་གྱིས་སྒྲེས་པ་ནི། མར་ཤེས་སྒྲེས་པའི་ཚད་དང་། དག་གཉིན་  
 བར་མའི་སེམས་ཅན་ཇི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་ཡང་ཆེ་འདིའི་མ་མཐོང་བ་དང་  
 ཁྱད་པར་མེད་པར་དྲིན་དུན་པ་དང་། དྲིན་གཞོ་འདོད་ངམ་ངམ་ཤུགས་  
 གྱིས་སྒྲེས་པ་ནི། དྲིན་དུན་དང་དྲིན་གཞོའི་རྟོགས་པ་སྒྲེས་པའི་ཚད་དང་།  
 དག་གཉིན་བར་མའི་སེམས་ཅན་ཇི་འདྲ་ཞིག་ལ་དམིགས་ཀྱང་ཡིད་དུ་འོང་  
 ཞིང་གཅིས་པངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་མཐོང་སྟེ་འདི་ཉིད་བདེ་བ་དང་ལྷན་ན་  
 ཅི་མ་རུང་སྒྲོམ་པར་རང་ཤུགས་གྱིས་སྒྲེས་པ་ནི། བྱམས་པ་ལ་སྒྲོ་འབྱོངས་  
 པའི་ཚད་དང་། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྒྲེས་པའི་ཚད་ནི། སྒྲོམ་རིམ་དང་པོ་  
 ལས། གང་གི་ཆེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་མི་བདེ་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་གཏན་ནས་བྱང་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པའི་  
 སྟོང་རྗེ་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་བདག་ཉིད་གྱིས་མཚུངས་པར་འཇུག་  
 པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་མིང་འཐོབ་སྟེ།  
 ཞེས་བྱ་ཆུང་དུ་སྟོང་དུ་ཆེས་སྤྱག་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་བར་གྱུར་པ་ལ་མ་དེ་སྟོང་རྗེ་  
 ཇི་ཅམ་སྒྲེ་བ་དེ་ཅམ་པའི་སྒྲོའི་ཚད་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོང་རྗེ་  
 རང་གི་ངང་གིས་སྒྲེས་པ་ན་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་མཚན་ཉིད་ཆང་བར་གསུངས་  
 པ་ལྟར། སེམས་ཅན་ཇི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་ཡང་མ་ལྟ་གཅིག་པ་ལ་བརྟེ་བའི་  
 ཚད་ཅམ་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུ་དང་བཅས་པ་དང་བྲལ་འདོད་དང་། དེ་ལས་



སྒྲིབ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་བཅས་མ་མ་ཡིན་པ་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིས་པ་ནི།  
 སྒྲིང་རྗེ་ལ་སྒྲོ་འབྱོངས་པའི་ཚད་དང་། དག་གཉིན་བར་མའི་སེམས་ཅན་  
 རི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་ཡང་འདི་ཉིད་སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་  
 བདག་ཉིད་གཅིག་ལུས་བྱུང་། ། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ཕྱད་པ་བདག་  
 ཉིད་གཅིག་ལུས་བྱུང་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིས་པ་ནི། ལྷག་  
 བསམ་ལ་སྒྲོ་འབྱོངས་པའི་ཚད་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྗེས་མ་བྱུན་པ་  
 དང་། དངོས་གནས་པའི་བྱང་པར་ལ། སྒྲ་མ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ཐོས་  
 བསམ་གྱིས་མྱོང་བ་ཐོན་པ་ལ་བྱེད། བྱི་མ་ནི་དེ་ལ་བསྒྲུབས་བྱང་གི་མྱོང་བ་  
 ཐོན་པ་ལ་བྱེད། དེ་གཉིས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་རྩིས་བཅས་ཀྱི་མྱོང་བ་དང་།  
 ཡིད་འགྱུར་བའི་མྱོང་བ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིས་  
 པའི་ཚད་ནི། སྒྲོ་མ་རིམ་དང་པོ་ལས། དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་གོམས་  
 པའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པར་དྲང་བར་དམ་བཅས་ནས་སྒྲ་ན་  
 མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྒྲོན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེམ་མི་དགོས་པར་སྒྲེ་སྒྲེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མན་ངག་བཞིན་ཏུ་སྒྱུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ལེགས་  
 པར་འཁུལ་བྱུང་བའི་མྱོང་བ་བྱང་པར་ཅན་སྒྲིས་པ་ནི། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་སྒྲིས་པའི་ཚད་དང་། དེ་ནི་བྱུ་རམ་གྱི་བྱན་པའི་  
 རྒྱང་གི་རོ་མངར་བ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ལ། མྱོང་བ་བྱང་པར་ཅན་མ་སྒྲིས་  
 གོང་གི་གཞན་དོན་ཏུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་ནི་བྱུ་རམ་  
 ཤིང་གི་བྱན་པའི་རོ་མངར་བ་ཅན་དང་འདྲོ། ། དེས་ལམ་གཞན་རྣམས་  
 ལ་འང་ཤེས་པར་བྱུང་། ། འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། ། ཞེས་

སྐྱུ་ལྟེ་དོན་ནི། ཡུལ་དེར་འགྲོ་བའི་བྱ་བས་མ་ཟིན་པའི་ཡུལ་དེར་འགྲོ་  
 བར་འདོད་པའི་སྒོ་དང་། ཀླང་པ་འདེག་འཛོག་སྐྱུ་ལྟེ་དོན་ནི་བྱ་བས་  
 ཟིན་པའི་དུས་ཀྱི་ཡུལ་དེར་འགྲོ་འོ་སྒྲུ་པའི་སྒོ་ཡི་ཁྱད་པར་རམ་བྱེ་བྲག་རི་  
 ལྟར་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ལྟར། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་མཁས་པས་སྒོ་ནི་འཇུག་གི་  
 སེམས་བསྐྱེད་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྒོ་ཁྱད་པར་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ངེས་པར་  
 བྱ་སྟེ། ལམ་དུ་འགྲོ་འདོད་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་  
 ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒོ་ནི་པ་སྒོ་ནི་སེམས་དང་། ལམ་དུ་བྱགས་ནས་  
 འགྲོ་བ་ལྟར། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་  
 ཕྱིར་དུ་རྒྱལ་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྱུད་པ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྒྲུ་ལྟ་  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྱུད་པ་ལ་བྱགས་པའི་སེམས་ནི་འཇུག་པའི་སེམས་སྟེ། །  
 ཞེས་པའི་དོན་ནི། །

གཉིས་པ། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ལྟོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་སྤྱང་བའི་རིམ་པ་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ལྟོ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཆུལ་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་མཆོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་བདག་གཞན་བཞེད་གོས། དེ་ལ་  
 མཉམ་པ་སྒོ་ནི་དུ་མ་སོང་ན་བཞེད་མེད་པར་དཔེར་ན་ས་ཁོང་སྒྲུ་མས་ས་ལ་  
 རྒྱུང་ས་ན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་དང་། མ་སྒྲུ་མས་ན་རྒྱལ་སྐྱེས་སུ་སོང་  
 བས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་  
 ལས་གཞན་དོན་བྱེད་པ་མེད་པས་བདག་གཞན་མཉམ་པ་བསྒོམ་དགོས་



སྟེ། ། འདི་ལ་གཉིས། བདག་གཞན་མཉམ་པ་བསྒྲམ་ཚུལ་དང་།  
 བདག་གཞན་བརྗེ་བ་བསྒྲམ་ཚུལ་ལོ། ། དང་པོ་ལ་གཉིས། བདག་  
 གཞན་མཉམ་པའི་གཞི་གྲུབ་པ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་པ་དངོས་  
 བསྒྲམ་ཚུལ་ལོ། ། དང་པོ་ལ་གསུམ། སེམས་ཅན་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་  
 བསྒྲམ་པ། ཐམས་ཅད་ཡིད་འོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བསྒྲམ་པ། བདག་  
 གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟོན་བསམ་ཁིང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་  
 པའོ། ། དང་པོ་གཉིས་ནི་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་  
 བ་ལྟར་བསམ། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟོན་  
 བསམས་ནས་སྤང་བྱར་བསྟན་པ་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་བསམས་ནས་སྤང་བྱར་བསྟན་པའོ། ། དང་པོ་ནི། སྟོན་འཇུག་  
 ལས། གལ་ཏེ་བྱོན་ན་ཅི་སྟུང་ཅེས། ། བདག་དོན་སེམས་པ་འདྲེ་ཡི་  
 ཚུལ། ། གལ་ཏེ་སྟུང་ན་ཅི་སྟོན་ཞེས། ། གཞན་དོན་སེམས་པ་ལྟ་ཡི་  
 ཚེས། ། བདག་ཕྱིར་གཞན་ལ་གཞོན་བྱས་ན། ། དཔུལ་ལ་སྐྱེས་པར་  
 གདུངས་པར་འགྱུར། ། གཞན་ཕྱིར་བདག་ལ་གཞོན་བྱས་ན། ། ཕུན་  
 སྟོན་ཚེགས་པ་ཐམས་ཅད་འཕྲོ་བ། ། བདག་ཉིད་མཁྱོ་བར་འདོད་པ་དེས།  
 ངན་འགྲོ་ངན་དང་གྲོན་པར་འགྱུར། ། དེ་ཉིད་གཞན་ལ་སྟོབྱས་ན། །  
 བདེ་འགྲོར་རིམ་གྱི་ཐོབ་པར་འགྱུར། ། བདག་གི་དོན་དུ་གཞན་བཀོལ་ན།  
 བྱན་ལ་སྐྱེས་པ་ཕྱིང་བར་འགྱུར། ། གཞན་གྱི་དོན་དུ་བདག་སྟུང་ན།  
 རྗེ་དཔོན་ཉིད་སྐྱེས་ཕྱིང་བར་འགྱུར། ། འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ།  
 དེ་ཀུན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང། ། འཇིག་རྟེན་སྟུག་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་  
 པ། ། དེ་ཀུན་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང། ། མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་

དགོས་ཏེ། ། ཕྱིས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་དང་། ། ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་  
 མཛད་པ། ། འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་ཁྱད་པར་སྟོན། ། ཞེས་དང་། ། པཎ་  
 ཆེན་སློབ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་ཀྱང་། ། རང་ཉིད་གཅིས་འཛིན་རྒྱད་པ་ཀྱན་  
 གྱི་སྒྲོ། ། ཞེས་དང་། ། སློབ་སྦྱང་ཙུང་ཆོག་ལས་ཀྱང་། ། ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་  
 གཅིག་ལ་བདེ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་གཅིས་འཛིན་འདི་ཐོག་མ་  
 མེད་པའི་དུས་ནས་གོམས་ཤུགས་ཆོས་བས། ། འདི་མི་བསྐྱེད་དོ་སྒྲུལ་པ་  
 ཅམ་ཞིག་གིས་སློབ་པ་མཛོད་ཀྱར་དུ་སྒྲེབ་ཅུང་བད་རེ་འགགས་ཀྱང་ཙུང་ནས་  
 ཐོན་པ་མི་ཡོང་བས་སློབ་ན་འདི་ཙུང་ནས་ཐོན་པ་ཞིག་བྱེད་པ་ལ། ། སློབ་ན་  
 འདིའི་ཉིས་སྒྱུན་མཐའ་དག་པར་རིག་ནས་འདི་ཕྱི་ཀྱན་དུ་ཐུང་བར་བྱེད་  
 པའི་དགྲ་པོའི་དྲངས་མར་ངེས་པ་གཏིང་ནས་འདྲོངས་པ་ཞིག་དགོས་སོ།  
 དེ་ཡང་རང་གཅིས་པར་འཛིན་པའི་སློབ་ན་འདིས། ། བདག་ཐོག་མ་མེད་  
 པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་སྒྱག་བསྐྱེད་རྒྱུ་མི་ཆད་དུ་  
 མྱོང་དུ་བཅུག། ད་རེས་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་སྐབས་  
 འདིར་ཡང་སློབ་ན་འདིས་བསྐྱེད་ནས་སྒྱིར་འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོག་སེལ་ཆགས་  
 ཤིང་ཞིན་པ་དང་། ། སྒྲིམ་ཆེ་འདིའི་སྒྲིང་ཤས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་སྟེ་སྒྲོན་ཆད་  
 དལ་བ་སྒྲིང་ལོག་དུ་སོང་འདུག། སྒྲིང་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་  
 བར་དུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདིར་འཁོར་ནས་སྒྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་ཅིག་  
 མྱོང་བ་འདི་གང་གིས་ལན་མ་ཤེས་པར་ལེ་ལན་བདེའ་ས་གཞན་དུ་འཆོལ་  
 འཆོལ་ནས། ། རང་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཐམས་ཅད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིད་  
 བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ་མ་གཏོགས་ཅན་འདི་ནམས་ཡིན་པ་ལ།  
 རྒྱངས་ནས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པར་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་བཟུང་སྟེ་སེལ་ཅན་ནམས་



ལ་དག་པ་བཟུང་། མྱོད་མ་ནས་གནོད་པ་བསྐྱེལ། རང་གི་སྤྱད་བསྐྱེལ་  
 ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དག་པོ་གཅིས་འཛིན་འགོང་པོ་ལ་གཉིན་དུ་  
 བཟུང་ནས་ཅི་བྱེད་ཐམས་ཅད་བདག་གཅིས་འཛིན་འགོང་པོའི་དབང་དུ་  
 བཏང་ནས་བྱས་པ་འདིས་ལན་པ་ཡིན་ཏེ། མྱོད་འཇུག་ལས། འཇིག་  
 ཉིན་དག་ན་འཆོ་བ་གང་ཡོད་དང་། ། འཇིགས་དང་སྤྱད་བསྐྱེལ་རི་སྟོད་  
 ཡོད་ཀྱང་པ། ། དེ་ཀྱན་བདག་དུ་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་ན། ། འདྲེ་ཆེན་  
 དེས་གོ་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མི་དང་མི་མིན་  
 གྱིག་ཞོད་པ་དང་། ཉེར་འཆོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅིས་འཛིན་འདི་  
 ལས་འབྱུང་། ལྷས་ལ་ནད་དང་སེམས་ལ་སྤྱད་བསྐྱེལ་སྐྱེས་མི་འདོད་པ་  
 རི་སྟོད་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅིས་འཛིན་འདི་ལས་འབྱུང་།  
 སྒྲིམ་པ་དང་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་སྐྱེས་ཆོས་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱང་བདག་གཅིས་འཛིན་འདི་འབའ་ཞིག་གིས་བྱས། བྱི་མར་རན་སྐང་  
 གསུམ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེལ་སྟོང་བ་སྐྱེས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེལ་རི་  
 སྟོད་ཅིག་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅིས་འཛིན་འདི་འབའ་ཞིག་  
 ལས་འབྱུང་བས། མི་འདོད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་  
 གནས་མཐར་སྤྱད་པ་ནི་གཅིས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་པར་  
 གསུངས། གཅིས་འཛིན་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་སྐང་ནས་སྤྱད་དང་  
 འགྲོགས་ཀྱང་མི་མཐུན་པ་དང་། ཆོས་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་བ་དང་། རང་ལ་  
 བདེ་བ་དང་། སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་དང་། གཏམ་བཟང་བ། སྟོན་  
 གྲགས་ཆེ་བ་སྐྱེད་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་ཞིག་འདོད་ནས་དེ་  
 རྣམས་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་ལས་རན་མང་དུ་བསགས། བྱད་པར་མཐོ་བ་

ལ་ཕྱག་དོག་    དམའ་བ་ལ་བརྟམ་བཅོས།    མཉམ་པ་ལ་འགྲན་སེམས།  
 གཞན་ལ་ལེགས་པ་སྣ་རེ་མཐོང་ཆོ་མི་བཟོད་པར་ཕྱག་དོག་སྒྲི།    གཞན་  
 གྱིས་ཆོག་ངན་ཅུང་ཟད་ཅམ་སྒྲི་བ་དང་།    མིག་གིས་བརྟ་ཕྱགས།    ལུས་  
 གྱི་སྦྱོད་ལམ་ཅུང་ཟད་ཉེས་པ་ཅམ་ལ་མི་བཟོད་པར་གྱུར་ནས་གཞན་ཐམས་  
 ཅད་རང་གི་དགའ་སྤང་བ་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་།    གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་  
 འདི་སྒྲིང་དུ་ཁྱགས་ཕྱིན་པན་ཚུན་མཐུན་པའི་ཐབས་མེད་དེ།    དགོ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་ཤ་པོ་བའི་ཞལ་ནས།    ཇི་སྒྲིང་རང་ལ་དགའ་མ་མཐོང་བའི་  
 རིང་ལ་སྒྲུ་མ་སྤགས་སུས་ཀྱང་པན་ཐོགས་མི་རུས།    རང་ལ་དགའ་མཐོང་  
 ན་ཡོ་པན་ཐོགས་སུ་ཡོང་གསུང་བ་ལྟར།    གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་  
 སྒྲིང་གི་ཕྱགས་སུ་གནས་ཕྱིན་སྒྲུ་མ་སྤགས་སུས་ཀྱང་བྱ་ཐབས་མེད་དེ།    སྒྲུ་  
 མས་སྒྲང་དོར་བལྟན་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་དང་མ་མཐུན་ཕྱིན།  
 ཁོའི་དབང་དུ་སྤང་ནས།    སྒྲུ་མས་ཅི་གསུངས་ཀྱང་ང་རང་འདི་ལྟར་བྱེད་  
 སྒྲུ་མ་དུ་རང་གི་སྦྱོད་པ་ངན་པ་དེའི་ཇིས་སུ་འཇུག་པ་ལས་སྒྲུ་མའི་གསུང་གི་  
 ཇིས་སུ་འཇུག་པར་མི་བྱེད།    གྲོགས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱིས་  
 བསྐྱལ་ཡང་དགའ་བ་མི་སྒྲི།    རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རང་བདེན་སྒྲུ་མ་པ་མ་  
 གཏོགས་རང་གི་སྦྱོད་པ་ལ་སྦྱོན་དུ་མཐོང་བ་མི་ཡོང་བས།    གྲོགས་གཞན་  
 གྱིས་བསྐྱལ་ཡང་དེ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲི་བ་མ་གཏོགས་ཇིས་སུ་མཐུན་པར་འཛིན་པ་  
 མི་ཡོང་།    གཞན་ཐམས་ཅད་ཁྱད་དུ་བསད་པས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཞིག་འབྱུང་།    དེའི་ཆོ་རང་གི་སྦྱོད་པ་ངན་པའི་སྦྱོན་གྱིས་  
 དེ་ལྟར་བྱུང་བ་མི་ཤེས་པར་རང་གིས་གང་ཡང་མ་ལན་པ་ལ་གཞན་གྱིས་རང་  
 དགའ་གཞོད་པ་བྱས་པ་འདྲ་བ་ཞིག་མཐོང་ནས་ཡུས་ཆེ་ཆེ་བྱེད་པ་ཞིག་འོང་



ཉེ། རང་གི་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ནས་ལན་པ་ཡིན། ད་ལྟའི་བས་ཅིག་  
 ཅིག་ཟེར་ན་ཁོ་འི་ན་པ་གཅོད་དམ་སེམས། འབྲུག་ཅིག་བྱང་ཡང་ཁོ་ཡི་  
 མགོ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་དོགས། རྒྱལ་ཁམས་ན་ནད་རིམས་ཡོད་ཟེར་ཡང་ཁོ་ལ་  
 བྱང་གིས་དོགས། ས་ཡུལ་གཉན་ཟེར་ན་ན་ཆ་སྟགས་གཞོད་པ་བྱང་གིས་  
 དོགས། དེ་བཞིན་དུ་ལ་ལ་གཏམ་ངན་གྱིས་དོགས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ།  
 ལ་ལ་གཉན་མ་འབྱོར་ས་གྱིས་དོགས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་ལ་སྟགས་པ་བརྗོད་  
 གྱི་མི་ལངས་བཞིག་ཡོད་དེ། དེ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཚ་བ་བདག་གཅེས་འཛིན་  
 འདི་ཡིན། གཞན་ཡང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་གཞོད་པ་དུ་མ་ལ་སྤྱར་  
 ཞིང་། ཡན་པ་བསྐྱབ་པའི་སྟོ་བཀག་ཚུལ་བསམ་པའི་སྟོ་ནས་འཁོར་  
 རྒྱུ་སྤྱད་པར་བྱ་ཉེ། འདི་ལྟར། གཏི་ལྷག་མ་རིག་པས་དྲངས་པའི་  
 རང་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་། གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བ་འདིས་ལྷག་  
 པར་ལྟ་བའི་མཚོན་ཚེན་པོ་བཟུང་ཉེ་དགོ་སྟོག་ཁྱད་དུ་བསྐྱེད་ནས།  
 མཛོན་མཐོངས་ལེགས་གྱི་སྟོག་ཚ་གཅོད་པའི་སྟོག་ཅན་ཤན་པ་མཁན་དེ་  
 ཡང་འདིར་འདུག། རང་གཅེས་འཛིན་འདིས་དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་པ་  
 ཐོགས་ནས་དགོ་བའི་ལོ་ཐོག་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་ལུག་པའི་མགོ་ཅན་དེ་  
 ཡང་འདིར་འདུག། ལས་གྱི་ཞིང་ལ་རྣམ་ཤེས་གྱི་ས་ཐོན་བཏབ་ལ་སྟེད་  
 ལེན་གྱི་རྒྱས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྒྱས་ཏེ་འགྲོ་བ་ལྷ་འམ་རྒྱལ་དུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་  
 ལྷ་གུ་མ་འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་སོ་ནམ་མཁན་པོ་དེ་ཡང་འདིར་འདུག།  
 སྟོན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དང་རང་གཉིས་འཁོར་བར་འཁོར་མཉམ་དུ་  
 ཡོད་ཀྱང་སྟོན་པས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་བས་སངས་རྒྱས་ནས་སེམས་  
 ཅན་མང་པོ་སྟོན་གྱིས་དུ་བཀོད་པ་ལ། རང་ཉིད་ལ་ད་དུང་ཡང་འཛིག་

ཉེན་དང་འཇིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མ་འབྱར་བ་ཞིན་  
 མོ་ལག་པ་སྟོང་པར་བཅོས་པའི་སྟོམ་ལས་ལེ་ལོ་མཁན་དེ་ཡང་འདིར་འདུག  
 སྲིད་ཅེ་ནས་མནར་མེད་ཀྱི་བར་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་གནས།  
 སྐད་དང་འགྲོགས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་གྲོགས། ཅི་ལ་ལོངས་སྟོན་ཀྱང་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་གྱི་ལོངས་སྟོན་ལས་མ་འདས་པར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་  
 དང་། དགོངས་འགྲེལ་མཁན་པོ་དག་གི་གཞུང་ལུགས། སྤྲུལ་དམ་  
 པའི་མགུར་གྱི་བུམ་པ་ལས་ཐོས་ཤིང་ངེས་ཀྱང་། བྱི་ཆུན་ཟུན་ལ་གདུ་བ་  
 ལྟར། འཁོར་བའི་ཡུན་ཆོགས་རེ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་དུང་དེ་སྟོན་  
 པའི་བརྒྱབ་སེམས་མཁན་པོ་དེ་ཡང་འདིར་འདུག ཡན་པ་འོང་མི་འོང་  
 ཆ་མེད་པའི་ས་ནས་གཡུ་ལ་ངོ་བོ་སྟོན་པའི་ཡན་པ་ཞིག་འོང་དུ་རེ་ནས་བསྐྱོར་  
 མགོ་མང་དུ་བྱེད། གནད་ཀྱི་དོགས་མི་དོགས་ཆ་མེད་པའི་ས་ནས།  
 འདི་ཕྱིར་ཕུང་བའི་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་འོང་གིས་དོགས་ནས་བྱི་ལམ་  
 འགོག་པའི་རགས་ཅིག་དུ་མ་འཐེན་པའི་རེ་དོགས་མཁན་དེ་ཡང་འདིར་  
 འདུག གྲི་ཁ་མདའ་ཁ་མདུང་ཁ་བྱེད་པའི་ཁྱོད་དུ་ཡང་ཁེ་ཞིག་ཐོབ་དུ་རེ་  
 ནས་འཆང་བར་བྱེད། སྟོང་ཞིག་ཁེལ་བ་ཕུང་ན་མཁན་པོ། སྟོབ་  
 དཔོན། སྟོགས་ཆོས་མཐུན། ས་མ་ཉེ་དུ་རྒྱུ་མས་ལ་འགེལ་བར་བྱེད་  
 པའི་བྲིལ་མེད་གཞུང་ངན་པོ་དེ་ཡང་འདིར་འདུག ཡ་གི་དགོ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་ནས། མ་གི་སྟོ་ཤིག་གི་བར་ཐམས་ཅད་ལ་མཐོ་བ་ལ་ཕྱག་  
 དོག མཉམ་པ་ལ་འགྲན་སེམས། དམའ་བ་ལ་ང་རྒྱལ། བསྟོན་ན་  
 དྲིགས་པ། མི་སྟན་བརྗོད་ན་ཁོང་ཁྱོ་སྐྱེས་པའི་བ་ཡན་སྟེ་མེད། ཉ་ཡན་  
 སྤུབ་མེད་ལྟར་ཉན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཁ་ཡན་པ་དེ་ཡང་འདིར་



འདུག དགེ་སྤྱི་ལས་བདེ་ལྷན་འབྲུང་བ་མི་འབྲུལ་ཞིང་ངེས་པར་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ། དགོངས་འབྲེལ་མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་  
 ལྷན་ལ། དཔལ་ལྷན་སྤྱི་མ་དམ་པའི་མགུར་གྱི་བུ་མ་པ་ལས་ཐོས་ཤིང་ངེས་  
 ལ། བདེ་བ་འདོད་ལ་ལྷན་བསྐྲུལ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མི་འདོད་བཞིན་དུ་  
 གཞན་གྱིས་བསྐྲུལ་ན་ཡང་དགེ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་མི་ཉན། བཅས་  
 རང་གི་ཁོ་མོ་མཐོ་བ་ལ་ཆུ་ཐུར་དུ་བབ་པ་ལྟར་ངམ་ངམ་ཤུགས་གྱིས་འདུག་  
 པར་བྱེད་པ། འགལ་འདུ་ལྷན་སྤྱོད་དུ་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱི་ཚན་ལོག་ལྷ་  
 ཚན་དེ་ཡང་འདིར་འདུག ཉན་མོངས་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྤྱོད་པོ་འདི་དག་  
 གིས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས། ད་ལྟའི་བར་དུ་གཞོན་པ་དང་ལྷན་  
 བསྐྲུལ་དུ་མ་ལ་སྤྱོད། མན་བདེ་སྤྱོད་པ་དུ་མའི་སྤྱོད་བཀག་གུང་། ད་དུང་  
 ཡང་འདི་དག་གི་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མཐོང་བའི་མིག་མེད་པ་ལྟར་བཞོ་སྤྱོད་  
 པོ་ལྷ་ཐུའི་ཉ་རེ་ལོང་དེ་ཡང་འདིར་འདུག མདོར་ན་གྱིང་དང་ལྷན་  
 བསྐྲུལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་གཞི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་དུ་ལུས་ངག་  
 ཡིད་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་བཏང་ན། ལྷ་དག་ནང་འབྲུག འདི་ལྷའི་གཞོན་  
 པ་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བའི་སྤྱོད་ལྷས། ལྷས་ངན་ལྷུ་མགོ་སྤྱོད་ལྷ་ཐུ་དེ་རང་  
 གཅེས་འཛིན་དང་། གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྤྱོད་ཤེས་པར་བྱས་ལ།  
 འདི་ལ་དགུར་ཅེར་གྱིས་བབྱང་། སེམས་ཅན་གཉིས་དུ་བབྱང་ནས་དག་  
 ཟུན་གྱི་ལྷ་ལྷུང་པར་བྱ་སྟེ། འཕགས་པ་ཞི་བ་ལྟའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་  
 ཁོ་པོ་གར་བསྐྱུགས་པའི། ། སྤྱོད་གྱི་དུས་དེ་གཞན་ཡིན་ཏེ། ། ངས་  
 མཐོང་ད་ཁྱོད་གང་དུ་འགྲོ། ། ཁྱོད་ཀྱི་དྲིགས་པ་ཀུན་གཞོམ་བྱ། །  
 བདག་གིས་གཞན་ལ་ཁྱོད་བཅོངས་གྱི། ། སྤྱོད་པར་མ་སེམས་ཞོ་ག་ལུལ།

གལ་ཏེ་བག་མེད་ཀྱང་ནས་ཁྱོད། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་མ་བྱེན་ན།  
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་དམྱལ་བ་ཡི། ། སྤང་མ་རྣམས་ལ་སྦྱིན་དུ་ངེས། ། གལ་  
 ཏེ་དེ་ལྟར་རེ་ལྟ་ཞིག་ ། ཁོ་བོ་བྱེན་པས་ཡུན་རིང་སྟག་ ། ད་ནི་ཁོ་  
 རྣམས་དྲན་བྱས་ཏེ། ། ཁྱོད་ཀྱིས་རང་དོན་སེམས་པ་གཞིམ། ། ཞེས་  
 དང། སྤམ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཏེས། ལུས་ལ་མི་འདོད་ན་ཆ་བྱང་བའི་ཆོ། །  
 འགྲོ་བའི་ལུས་ལ་གཞོན་པ་བསྐྱལ་བ་ཡིས། ། ལས་ངན་མཆོན་ཆ་རང་ལ་  
 འཁོར་བ་ཡིན། ། ད་ནི་ན་ཆ་མ་ལུས་རང་ལ་སྤངས། ། རང་གི་སེམས་  
 ལ་སྟག་བསྐྱལ་བྱང་བའི་ཆོ། ། ངེས་པར་གཞན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་དཀྱགས་པ་  
 ཡིས། ། ལས་ངན་མཆོན་ཆ་རང་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། ། ད་ནི་དུམ་ཁ་  
 ལུས་དང་དུ་སྤང། ། བྱ་བ་མ་གྱུ་བ་སེམས་ཅན་དཀྱགས་པའི་ཆོ། ། དམ་  
 པའི་ལས་ལ་བར་ཆད་བྱས་པ་ཡིས། ། ལས་ངན་མཆོན་ཆ་རང་ལ་འཁོར་  
 བ་ཡིན། ། ད་ནི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱ། ། ཆོས་ལ་སྦྱོང་ཆོ་  
 གཉིད་ཀྱིས་ནོན་པའི་ཆོ། ། དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱིབ་པ་བསགས་པ་ཡིས།  
 ལས་ངན་མཆོན་ཆ་རང་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། ། ད་ནི་ཆོས་ཕྱིར་དཀའ་བ་  
 སྦྱང་པར་བྱ། ། མདོར་ན་མི་འདོད་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་རྣམས། ། མགར་བ་  
 རང་གི་རལ་གྱིས་བསད་པ་ལྟར། ། ལས་ངན་མཆོན་ཆ་རང་ལ་འཁོར་བ་  
 ཡིན། ། ད་ནི་སྟག་པའི་ལས་ལ་བག་ཡོད་བྱ། ། དེ་ལྟར་ལགས་པས་  
 དཀྱའོ་བདག་གིས་ཟིན། ། འཇབས་ནས་སྦྱ་བའི་ཆོམ་རྒྱན་བདག་གིས་  
 ཟིན། ། རང་དུ་བརྟུས་ནས་སྦྱ་བའི་ཐོག་པོ་ནི། ། ཡེ་མ་བདག་འཛིན་  
 འདི་ཡིན་ཐེ་ཆོམ་མེད། ། ད་ནི་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཆ་སྤང་ལ་སྦྱོར། ། ཁྱིས་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་ལན་གསུམ་སྤང་པ་སྟོར། ། བདེན་གཉིས་ཞབས་བཤམ་



ཐབས་ཤེས་སྒྱུ་མིག་གང་སྤྲོད། ། སྒྲོབས་བཞིའི་མཆེ་བ་གཅིག་སྤྲོད་དག་  
 ལ་བསྒྱུ་ན། ། བདག་འཛིན་འགོང་པོ་ཞེས་པའི་གདུག་རྩུབ་ཅན། །  
 རང་གཞན་ཕུང་དུ་འབྱུག་པའི་དམ་ཉམས་ཁྲུག་ ། ཁྲུག་ཅིག་ཁྲུག་ཅིག་ཁྲོ་  
 བོ་གཤིན་རྩེ་གཤེད། ། རྩུབ་ཅིག་རྩུབ་ཅིག་དག་བདག་སྒྲིང་ལ་བསྒྱུ་ན།  
 ཕུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་  
 སྒྲིང་ལ་མྱ་ར་ཡ། ། རྩུ་རྩུ་ཡི་དམ་ཆེན་པོ་རྩུ་འབྲུལ་བྱེད། །  
 རྩུ་རྩུ་དག་པོ་འདི་ནི་དམ་ལ་ཐོག་སྤྲོད། ། སྤྲོད་པའི་འཆི་བདག་ཆེན་པོས་  
 བསྐྱེད་དུ་གསོ་ལ། ། ཤིག་ཤིག་འཛིན་པའི་མདུད་པ་བཅད་དུ་གསོ་ལ།  
 རྩུ་རྩུ་ཡི་དམ་ཆེན་པོ་གཤིན་རྩེ་གཤེད། ། འཁོར་བའི་ལས་ཀྱི་འདམ་  
 རྩུ་རྩུ་བའི་ལ། ། ལས་དང་ཉེན་མོངས་དུག་ལཱི་རྩུ་ལ་བྱེད། ། ད་  
 རྩུ་ཉིད་དུ་ཤིག་ཤིག་དབྱེད་དུ་གསོ་ལ། ། འདོད་ཐག་ཉེ་ལ་སྒྱུབ་པའི་  
 བཅོན་འགྲུས་རྩུང་། ། བྱེད་མང་ལ་གང་ཡང་མཐར་མི་བྱེད། ། ཕུང་  
 བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་  
 མྱ་ར་ཡ། ། རྩུ་འདོད་ཆེ་ལ་དེ་རྩུ་ཆོག་སེཆོག་གསོ་ལ། ། རྩུ་སྒྲུ་རྩུང་  
 ལ་འདོད་ནག་རྩུ་སེམས་ཆེ། ། ཕུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ  
 ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་མྱ་ར་ཡ། ། གསར་འགྲོགས་  
 ཆེ་ལ་ཁྲིལ་གཞུང་བྱེད་ཐག་བྱེད། ། རྩུ་གདུང་ཆེ་ལ་རྩུ་འགྲོག་ཆེ་ལ་འགྲོ་རེམ།  
 ཕུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་  
 སྒྲིང་ལ་མྱ་ར་ཡ། ། རྩུ་ལ་བྱུས་པ་རྩུང་ཞིང་རྩུ་ལྟུ་ཆེ། ། རང་ལ་  
 རྩུ་ལ་མེད་ལ་རྩུ་ལ་པོ་ཆེ། ། ཕུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ  
 ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་མྱ་ར་ཡ། ། སྒྲོབ་དཔོན་མང་

ལ་དམ་ཆོག་ཁུར་ཤེས་ཆུང་། ། སློབ་མ་མང་ལ་ཕན་ཐོགས་སྤྱོད་རན་ཆུང་།  
 སུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་  
 སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ། ། ཁས་སྤངས་ཆེ་ལ་ཕན་པའི་ཉམས་ལེན་ཆུང་། །  
 སྟན་པ་ཆེ་ལ་བརྟགས་ན་ལྷ་འདྲེས་ཁྱེལ། ། སུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་  
 ཆེམས་སེ་ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ། ། འཁོར་  
 གཡོག་མང་ལ་འཁུར་མཁན་སུ་ཡང་མེད། ། དཔོན་པོ་མང་ལ་རྒྱབ་ཉན་  
 མགོན་དང་བྲལ། ། སུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། །  
 དག་བདག་གཤེད་མའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ། ། གོ་ས་ཆེ་ལ་ཡོན་ཏན་འདྲི་བས་  
 ཆུང་། ། སླ་མ་ཆེ་ལ་ཆགས་སྤང་བདུད་བས་རྩུབ། ། སུང་བྱེད་རྟོག་  
 པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ།  
 ལྷ་བ་མཐོ་ལ་སྤྱོད་པ་བྱི་ལས་ངན། ། ཡོན་ཏན་གཞི་མ་ཐམས་ཅད་རྒྱང་ལ་  
 ཤོར། ། སུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། ། དག་བདག་  
 གཤེད་མའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ། ། བདེ་སྤྱོད་ལྷ་ཡིས་བྱིན་ཀྱང་སྤྱག་འདྲི་  
 མཆོད། ། འདྲན་པ་ཆོས་ཀྱིས་བྱས་ནས་དགོན་མཆོག་སྤྱ། ། སུང་བྱེད་  
 རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་  
 ར་ཡ། ། ཚུལ་བྱིམས་ཐར་ལ་མ་བོར་ནས་པ་བྱིམ་འཛིན། ། བདེ་སྤྱོད་རྒྱ་  
 ལ་པོ་ནས་སྤྱག་ལ་སྟོག། ། སུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས།  
 དག་བདག་གཤེད་མའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ། ། ཐར་པའི་འཇུག་ངོགས་བོར་  
 བས་ས་མཐའ་འགྲིམ། ། མིལ་ས་རིན་ཆེན་རྟོན་ནས་དཔུལ་བ་སྤྱབ། །  
 སུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། ། དག་བདག་གཤེད་མའི་  
 སྤྱོད་ལ་ལྷ་ར་ཡ། ། ཆོས་ཀྱི་འགྱུར་ཁྱད་བཞག་ནས་ཆོང་ཁེ་སྤྱབ། ། སླ་



མའི་ཆོས་ར་ཐོར་ནས་གྲོང་ཡུལ་འགྲིམ།     | ཡུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་  
 ཆེམས་སེཆེམས།     | དག་བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་ལྷ་ར་ཡ།     | ཕན་  
 པར་སྒྲུས་ན་སྤང་སེམས་དག་རུ་འཛིན།     | མགོ་སྒྲོར་བསྒྲུས་ན་སྒྲིང་མེད་  
 གྲིན་དུ་འཛིན།     | ཡུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེཆེམས།     | དག་  
 བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་ལྷ་ར་ཡ།     | ཆགས་སྤང་གོམས་པས་གཞན་  
 སྒྲུགས་ཡོངས་ལ་སྦྱོད།     | དུག་དོག་གོམས་པས་གཞན་ལ་སྦྱོ་སྒྲུར་འདེབས།  
 ཡུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེཆེམས།     | དག་བདག་གཤེད་མའི་  
 སྒྲིང་ལ་ལྷ་ར་ཡ།     | ཆོས་མིན་ལས་ལ་སྦྱོད་པར་མི་བྱེད་པར།     | ལེགས་  
 སྦྱད་ཡོངས་ལ་སྒྲུན་འབྱེན་སྣ་ཆོགས་གཏོང།     | ཡུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་  
 ལ་ཆེམས་སེཆེམས།     | དག་བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་ལྷ་ར་ཡ།     | རོ་  
 ཆའི་གནས་ལ་རོ་ཆར་མི་འཛིན་པར།     | རོ་མི་ཆ་ལ་རོ་ཆའི་ཆོས་ལྟག་  
 འཛིན།     | ཡུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེཆེམས།     | དག་བདག་  
 གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་ལྷ་ར་ཡ།     | བྱས་ན་རུང་བ་གཅིག་ཀྱང་མི་བྱེད་པར།  
 མི་རིགས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ཡི།     | ཡུང་བྱེད་རྟོག་པའི་མགོ་ལ་  
 ཆེམས་སེཆེམས།     | དག་བདག་གཤེད་མའི་སྒྲིང་ལ་ལྷ་ར་ཡ།     | འདི་  
 ལྟར་ཉེས་པའི་རྩ་བ་མ་ལུས་པ།     | ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་རིག་པས་ངོས་བྱིན་  
 ཡང།     | ད་དུང་འདི་ཡི་ཁ་འཛིན་གཤགས་འདེབས་ན།     | འཛིན་  
 མཁན་འདི་ཡང་བརྟག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།     | ད་ནི་ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་  
 གཅིག་ལ་བདེ།     | སྒྲེ་འགྲོ་གཞན་ལ་བཀའ་གྲིན་ཆེ་བར་སྒྲོམ།     |  
 གཞན་གྱི་མི་འདོད་བདག་གི་རྒྱུད་ལ་ལེན།     | བདག་གི་དགོ་བ་འགྲོ་བ་  
 ཡོངས་ལ་བསྒྲོ།     | ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།     མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་

བདག་གཅེས་འཛིན་ལས་བྱུང་བས་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ཉིད་དགྲ་ཡི  
 དྲངས་མ་ཡིན་པར་ངོས་ཟིན་ན། བདེ་འགོ་དང་སྦྱིད་འགོ་ཚུགས་པ་ཡིན་  
 བོ། ། དེ་ཚུག་མ་བྱུང་རིང་ལ་ཤམ་ཐབས་མཛོ་ཁལ་གཅིག་བྱང་། བྱམ་  
 པ་སྟོང་མགོ་ཐོག་དུ་བཞག ཆེ་རིལ་པོར་ཐོས་པ་བྱས་ཀྱང་ཅི་བྱས་དོན་  
 མེད་དུ་སོང་བ་ཡིན། བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཚུང་མགོ་ནོན་ན་ཆོས་ཅི་  
 བྱས་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་སོང་བ་ཡིན་པས། སེམས་རྒྱུད་བདེ་  
 ཉམ་གྱིས་འགྲོ། དེའི་སྟེང་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། ཐོབ་བྱ་  
 སངས་རྒྱས་སྒོ་ཕུགས་སུ་བཅུག་པ་གཅིག་བྱུང་ན་ཐོག་པ་ཆེན་པོ། ཤོང་བ་  
 ཆེན་པོ། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་བེར་གསུངས། མདོར་ན།  
 རང་གཞན་རྣམས་ལ། ལམ་བུ་སྤྱི་བྱེ་བྲག་གི་མི་འདོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
 རི་སྟོད་ཅིག་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཉིད་ལས་འབྱུང་  
 ཚུལ་ཤེས་ན་ནི། བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་ངན་འདི་གཞོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། ཉིང་གི་དགྲ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱས་  
 ས། ། དེ་ཉམས་གཅེས་འཛིན་འདིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་དུ་རང་  
 ཉིད་བསྐྱས་ཏེ་ཕན་པའི་ཐོལ་གྱིས་གཞོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་ལ་  
 སྦྱར། ད་དུང་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་སོང་ན་ཐུར་ཉམས་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
 མཐའ་མེད་ལ་སྦྱར་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་རྣམས་ཡང་ཡང་དུན་པར་བྱས་ལ།  
 ད་རེས་དལ་བའི་ཉོན་ཐོབ། སྤྲུལ་དམ་པ་དང་མཇལ་བའི་བཀའ་དྲིན་  
 གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ཐོབ་ནས་འགོང་པོ་འདི་ལྷན་གཅིག་ངོས་ཟིན་པའི་  
 སྐབས་འདིར་རང་སེམས་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར།  
 གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་འདུལ་ཕྱིར་དུ་གཤིན་ཇིའི་གཤེད་ལ་སྤོངས་པའི་



ཁྱོད་པོ་འདི་དྲག་སྒྲགས་བསྐྱབ་པ་དང་། བཀའ་སྔོན་སྤྱང་མ་རྒྱལ་ས་ལའང་སྒྲོ་  
ངན་འདི་འདྲུལ་ཕྱིར་འཕྱེན་ལས་ཀྱི་གྲོགས་འཆོལ་བ་སྒྲགས་རྒྱལ་པ་ཀུན་  
ནས་རང་ལ་རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་བར་བྱའོ། ༥

གཉིས་པ་གཞན་གཅིས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམས་ནས་སྤང་བྱར་  
བསྐྱབ་པ་ནི། སེམས་ཅན་གཞན་དང་། གཞན་གཅིས་པར་འཛིན་པ་  
ནི་རང་ལ་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གཞི་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་སྤྱང་ལས།  
ཀུན་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བར་བསྐྱོམ། ། ཞེས་དང་། སྤང་མ་གསེར་སྤྱང་པ་  
ཆེན་པོས། བདག་ནི་ལས་ངན་གྱི་ཙྰ་བ་སྟེ། ། རྒྱངས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་  
ཆོས་ཤིག་ཡིན། ། གཞན་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཏེ། ། ཅང་ཀྱིས་  
ལེན་པའི་ཆོས་ཤིག་ཡིན། ། ཞེས་དང་། སྤང་རི་བྱང་པའི་ཞལ་ནས།  
ངས་དེ་ < འདི > ཅམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཞིག་ཞལ་ཕྱེ་སྟེ་བསྐྱས་ཀྱང་སྒྲོན་  
ཐམས་ཅད་རང་གི་ཡིན། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཇོ་བོ་སེམས་ཅན་གྱི་ཡོན་  
འདྲུག་ དེའི་གནད་ཀས་ཁེད་རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་བྱེན། ཀྱིང་དང་བྱབ་  
ཁ་རང་གིས་ལེན་པ་འདི་མིན་པ་གོ་རྒྱ་མེད་གསུང་། མ་ཆན་སེམས་ཅན་  
འདི་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གི་མ་ཡང་ཡང་བྱས་ཏེ་བརྟེ་བས་  
བསྐྱུངས་པས་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མ་ཟད། སྤང་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་  
པ་ཡང་མ་ཆན་སེམས་ཅན་འདི་རྒྱལ་ས་ལ་རག་ལས་ཤིང་། འཁོར་བའི་  
གནས་ཀྱི་ལྷས་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་ཆན་སེམས་ཅན་རྒྱལ་ས་གཅིས་  
པར་བཟུང་བ་ལས་འབྱུང་སྟེ། གནས་སྐབས་ལྟ་མའི་ལྷས་ཐོབ་པ་དང་།  
ཆེ་རིང་བ། བད་མེད་བ། ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ། རིགས་མཐོ་བ།  
དབང་ཆེ་བ། གཞུགས་བཟང་བ་སྒྲགས་བདེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མ་ཆན་

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། དེ་ཡང་དཔེར་ན། རང་གི་  
 གཟན་འདི་ཡང་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གི་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གིས་  
 གྱུན་རྒྱུ་བྱུང་། ད་ལྟ་རང་རེའི་ཙམ་པ་ཙམ་ཁྱུག་གང་ལའང་སེམས་ཅན་  
 མང་པོ་ཞིག་གི་དྲིན་ལ་བརྟེན་ཏེ། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་  
 ཞིང་སར་ས་བོན་འདེབས། འགའ་ཞིག་གིས་ཚྲིས་བརྒྱག་པ་ནས་ཙམ་  
 ཁྱུག་ནང་དུ་མ་སླེབས་པའི་བར་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན། དེར་མ་  
 ཟད་ཟས་ཟ་སྟངས་ཤེས་པ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན། དེ་བཞིན་དུ་ཟས་  
 གོས་ལོངས་སྟོན། རྫོང་སའི་ཁང་པ་རྩུན་གྱི་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ཡོད་དོ་  
 ཙམ་མཐའ་དག་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གིས་དཀའ་ཆོག་ས་ཆེན་པོས་ལས་  
 བྱས་པའི་བཀའ་དྲིན་ལས་བྱུང་། སྤྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མ་  
 ཆུན་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་དྲིན་ཆེ་ཞིང་། མ་ལན་རེ་ཙམ་བྱས་པ་མིན་པར་  
 སེམས་ཅན་རེ་རེས་རང་གི་མ་བྱས་ཏེ་རུ་ཞོ་འབྱུངས་པ་བསགས་ན་སྟོང་  
 གསུམ་འདིར་མི་ཤོང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཟས་བྱིན་པ་དང་། གོས་  
 བྱིན་པ་དང་། རྗོར་བྱིན་པ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་བསགས་ན་འང་སྟོང་གསུམ་  
 འདིར་མི་ཤོང་བས་དྲིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་ལ་ཆད་མེད། གཞན་ཡང་ཞིང་  
 ས་ཤིན་ཏུ་གཤིན་པ་ཞིག་ལ་ས་བོན་གྱུང་པོར་བཏབ་ནས་ལེགས་པར་  
 བསྐྱུངས་ཤིང་བསྐྱུངས་ན་སྟོན་ཐོག་བཟང་མང་འབྱུང་བར་མཐོང་ནས།  
 ཞིང་ས་དེ་ལ་ཆེས་ཆེར་གཅིས་སྤྲས་སུ་བྱེད་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་ལ་  
 བྱམས་སྟོང་རྗེ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས། བྱིན་དུག་བསྐྱ་བཞིའི་ས་བོན་གྱུང་  
 པོར་བཏབ་ནས་ལེགས་པར་བསྐྱུངས་ཤིང་བསྐྱུངས་ན། དོན་གཉིས་  
 མཐར་བྱིན་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟར་འདས་གྱི་གོ་འཕང་འབྱུང་བར་མཐོང་



བས་སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་ལའང་ཆེས་ཆེར་གཅེས་སྤྱོད་ཅུ་ཕྱེད་པ་དང་།  
 ཡངས་ཤིང་སྤྱོད་པ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བཟླས་ནས་གྲས་པར་བྱ་  
 གྱི། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཞིང་དང་ནི། ། རྒྱལ་བའི་  
 ཞིང་ཞེས་སྤྱོད་པས་གསུངས། ། འདི་དག་མགྱ་བྱས་མང་པོ་ཞིག་ །  
 འདི་ལྟར་ཕུན་ཆོག་སེམས་པ་རོལ་ཕྱིན། ། སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས།  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་འགྲུབ་འདྲ་བ་ལ། ། རྒྱལ་ལ་གྲས་ཕྱེད་དེ་བཞིན་དུ།  
 སེམས་ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་ཚུལ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་  
 འཁོར་བའི་བདེ་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མ་ཆུན་རྣམས་ལས་འབྱུང་བར་མ་ཟད་  
 ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་མ་ཆུན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་གྱི། ། སངས་རྒྱས་  
 འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པ་ཡང་མ་ཆུན་འདི་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཁོ་ནར་འབྱོན་དགོས།  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལ་བསྐྱོར་བ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ནར་བསྐྱོར་དགོས།  
 ཐོག་མར་རྒྱལ་བའི་བཟླ་བ་དང་མཇུག་པ་ཡང་མ་ཆུན་འདི་རྣམས་ཁོ་ནའི་  
 དྲིན་ཡིན། ཐོག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ཡང་མ་ཆུན་  
 སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། དེ་ཡང་ཐོག་དམན་གྱི་ལམ་དུ་འཇུག་  
 བ་འང་སེམས་ཅན་ལ་མ་བརྟེན་པར་འཇུག་ཐབས་མེད་དེ། ཐོག་དམན་  
 གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྟུན་བསྟུབ་པ་གསུམ་དུ་འདུ། ཤེས་རབ་  
 གྱི་བསྟུབ་པས་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་ནས་འབྲས་བྱ་མངོན་དུ་ཕྱེད་པ་ཡིན།  
 ཤེས་རབ་དེ་འབྱུང་བ་ལ་བསམ་གཏན་དགོས། དེ་འབྱུང་བ་ལ་ཚུལ་  
 བྱིམས་དགོས། སོ་ཐར་གྱི་ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་དག་ཐོབ་པ་ཡང་སེམས་ཅན་  
 དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་ཐོབ་དགོས། ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་

པ་ཡང་མ་ཆན་འདི་དག་ཉིད་ལ་རག་ལས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གྱི་ཚ་བ་  
 བྱི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ལ། སེམས་དེ་སྐྱེ་བ་ནི་སེམས་ཅན་  
 གཅིས་འཛིན་འདི་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྐྱེ་བ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོ་སྐྱེ་དགོས། དེ་ནི་མ་ཆན་སེམས་ཅན་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་  
 པ་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན། སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་ལ་མ་ཆན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ཡིད་དུ་འོང་ཁིང་གཅིས་ལ་ཕངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འོང་གི་  
 བྱམས་པ་ངེས་པར་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཏེ། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་དེ་མེད་  
 པར་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་མེད། དེ་ལྟར་མ་ཆན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་མ་བརྟེན་པར་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་གང་ཡང་སྐྱེ་ཐབས་མེད་ལ།  
 དེ་མེད་པར་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྐྱེ་ཐབས་མེད་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་  
 འཇུག་པར་འདོད་ན། མ་ཆན་སེམས་ཅན་ལ་མ་བརྟེན་པར་འཇུག་  
 ཐབས་མེད་དོ། ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་ཁྱེད་ཀྱིས་ས་ལམ་ཐམས་ཅད་  
 རྫོགས་པ་ཡང་ཡུལ་སེམས་ཅན་ཉིད་ལ་རག་ལས་ཏེ། མ་ཆན་སེམས་ཅན་  
 འདི་རྣམས་གཅིས་པར་བཟུང་ནས་འདི་རྣམས་ལ་ལུས། འོངས་སྤྱོད།  
 དག་ཅེ་གསུམ་བཏང་བས་སྐྱོན་པའི་ཕར་སྐྱོན་རྫོགས་པར་འགྱུར། མ་  
 ཆན་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་གཞོན་འཆེ་སྤངས་ཤིང་སྒྲོ་དུ་མ་  
 རས་པ་ན་པ་བསྐྱབས་པས་ཚུལ་བྱིམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་ཡང་  
 མ་ཆན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྐྱབ་དགོས།  
 བརྩོན་འགྲུས་ཀྱང་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྐྱབ་དགོས།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྐྱོན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསམ་གཏན་ཡང་འདི་རྣམས་  
 དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱབ་དགོས། ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་དུ་སྐྱོན་པ་



ཡང་འདི་ནམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱབ་དགོས། མདོར་ན་ལམ་  
 ལྷ་དང་ས་བརྒྱུ་པོ་ཐམས་ཅད་མ་ཆུན་སེམས་ཅན་འདི་ནམས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བསྐྱབ་དགོས། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་གཅིས་པར་འཛིན་པ་ཇི་ཅམ་ཤུགས་  
 དྲག་པ་བཞིན་དུ་ས་ལམ་ཟུར། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར་ཡང་མ་ཆུན་  
 སེམས་ཅན་ནམས་གཅིས་པར་འཛིན་པ་འདིའི་སྤྱིང་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་ཉམས་ཡང་ཆེ་ལམ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཏམ་ལས། གང་ཞིག་འདི་  
 ཉིད་ལ་ནི་མཆོང་< ཆོང > བྱས་མཆོད། ། གྲགས་དང་ཡིད་འོང་ནོར་  
 ནམས་ཐོབ་པ་དག ། ཡིད་འོང་ཡིད་དུ་མི་འོང་སེམས་ཅན་ལ། །  
 མདོར་པར་མི་འཆོ་བ་ཡི་སྒོ་ནས་སོ། ། བད་མེད་པ་དང་རིགས་ནི་ཐུན་  
 ཐུམ་ཐུམ་ཆོགས། ། གཟུགས་མཛེས་པ་དང་ཆེ་རིང་དབང་ཐུག་དང་།  
 ནོར་ལ་སོགས་དང་ཆུང་མ་སྤྱས་< འབལ > པ་ནི། ། སེམས་ཅན་ཕན་  
 བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། ། སེམས་ཅན་ནམས་ལ་དགའ་བར་བྱེད་པ་  
 ཡིས། ། རྒྱལ་སྤྱིད་རྒྱལ་སྤྱིད་ཆེ་དང་ཡང་དག་གོ། ། རྒྱལ་སྤྱིད་འཁོར་  
 ལོས་སྐྱར་བ་མཆོག་ཉིད་དང་། ། དབང་པོའི་གནས་ནི་འཐོབ་པར་འགྱུར་  
 བ་ཡིན། རྒྱུས་བྱ་སེམས་ཅན་ཕན་པར་བྱེད་པ་ཡིས། ། སངས་རྒྱས་གོ་  
 འཕང་ཡང་ནི་ཐོབ་འགྱུར་ན། ། གང་ཞིག་སྤྱིང་པོ་མེད་པ་དམན་པའི་ལྷ།  
 ཐོབ་པ་འདི་ལ་འོ་མཆར་ཅི་ཞིག་ཡོད། ། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་དེ་དག་མེད་  
 ཟུར་ན། ། འདིས་ནི་གང་གི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པ་གཏོང། ། གལ་ཏེ་ལུས་  
 ཅན་ནམས་ནི་མེད་ཟུར་ན། ། གང་ལས་འདུལ་བའི་རྒྱལ་ཁྱིམས་འཐོབ་  
 པར་འགྱུར། ། ཉེས་པ་བྱེད་པ་ཡང་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། ། གང་གི་ཆེད་  
 དུ་དཔའ་བོས་བཟོད་པ་སྒོམ། ། གང་ཞིག་མདོར་པར་འདོད་པ་ཐོབ་བུའི་

ཕྱིར། ། སུཡིཆེད་དུ་བཅོམ་འགྲུས་དེ་དེས་ཕྱེད། ། གལ་ཏེ་ལྷས་ཅན་  
 རྣམས་ནི་མེད་ཀྱང་ན། ། ཇི་ལྟར་བྱམས་དང་སྦྱང་རྩེ་དགའ་བ་དང་།  
 བཏང་སྦྱོམས་དག་ལ་ཡང་དག་བརྟེན་ནས་ནི། ། བསམ་གཏན་སྦྱོམས་  
 འཇུག་བདེ་བ་འཕྱོག་པར་འགྱུར། ། ཐར་པའི་བདེ་བ་དངོས་དང་དངོས་  
 མེད་ཤེས། ། ཁམས་དང་བསམ་པ་བག་ལ་ཉལ་དུ་བརྗོད། ། ཀྱན་ནས་  
 ཉན་མོངས་རྣམ་པར་བྱང་བ་དག ། གལ་ཏེ་དེ་དག་མེད་ན་ཇི་ལྟར་ཤེས།  
 བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། ། ཟུ་ནི་འདི་ལྟར་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ཡིན་པས། ། དེ་ཕྱིར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་ཡིས།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སྤྲུལ་བཞིན་དུ་བཟླ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 མདོར་ན་ལམ་ལྷ་དང་ས་བརྩུ་པོ་ཐམས་ཅད་མ་ཆུན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་དགོས། དེས་ན་སེམས་ཅན་འདི་དག་རང་གི་  
 གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་ཡིད་  
 བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་བསམ་དགོས་སོ། ། དེ་ལྟར་ལེགས་པར་བརྟགས་  
 བ། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་ཡིད་མ་གྱི་ལྟ་གཉིས་མཆོག་ཐུན་མོང་  
 གི་དངོས་ཀྱིས་སྦྱར་སྟེ་བ་ལ་མཆུངས་པས། འཕགས་པ་ལྟ་བུར་དང་།  
 རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་བ་ལྟ་དང་། རྩོམ་རྩེ་རྣམས་ཀྱིས། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་འདི་  
 རྣམས་ལྟ་དང་། རྩོམ་དང་། སྤྲུལ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས་ཏེ། སྦྱོབ་  
 དཔོན་ལྟ་བུར་གྱིས་མི་ལམ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཏམ་ལས། འདི་དག་  
 ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྟེ། ། བུམ་པ་བཟང་ཡིན་འདོད་འཇོའི་བ། ། དེ་  
 ཕྱིར་ལྟ་དང་སྤྲུལ་བཞིན། ། དེ་དག་བརྟེན་པར་བྱ་བ་ཡིན། ། ལྷ་  
 དང་རིགས་པས་ཡོངས་སུ་བཟླས་ནས་ནི། ། སེམས་ཅན་ཀྱན་ནི་བདག་གི་



སྒྲུལ་རྒྱུ་པ་ལི། ། དམ་པ་ལི་ལག་རྒྱ་དག་ལེགས་ཐམས་ཅད་ནི། ། ཡུན་  
 མེ་རིང་བར་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་ཡིན། ། འདི་ནི་བྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལི་སྟོང་  
 པ་སྟེ། ། དཔང་བཅས་འདི་ལ་དཔྱད་པར་མི་བྱུང་། ། ཇི་སྟོང་འདི་ནི་  
 མངོན་དུ་མ་བྱས་པ། ། དེ་སྟོང་གྲུབ་པ་སྟོང་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་།  
 བསྐྱབ་བརྒྱུས་ལས་ཀྱང་། འདི་དག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དང་། ། བུམ་  
 བཟང་འདོད་འཇོམ་བ་དང་ནི། ། སྒྲུལ་དང་ནི་ལྟ་འདྲ་བ། ། དེས་ན་  
 འདི་དག་མཁུ་བར་བྱ། ། ཞེས་དང་། ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་དང་བྱུགས་དམ་ལྟ། ། སྒྲུལ་རྒྱུ་མས་དང་འགྲོ་བ་ལྟ། །  
 འདི་རྒྱུ་ལ་ཡི་ལྟ་དང་ནི། ། ཇོ་བོ་ཡིན་ཞེས་རྟག་རྒྱུ་སྟུངས། ། ཞེས་  
 དང་། དག་བའི་བཤེས་གཉིན་སྒྲུང་རི་བཟང་པོ་ལི་ཞལ་ནས། ། བདག་ནི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། ། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་ལྷག་པ་ལི། །  
 ཇོན་མཆོག་བསྐྱབ་པ་ལི་བསམ་པ་ཡིས། ། རྟག་རྒྱུ་གཅིས་པར་འཇོན་པར་  
 ཤོག། ། གང་རྒྱུ་སྟུང་འགྲོགས་པ་ལི་ཆོ། ། བདག་ཉིད་ཀྱན་ནས་  
 དམན་བལྟ་ཞིང་། ། གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས། ། མཆོག་རྒྱ་  
 གཅིས་པར་འཇོན་པར་ཤོག། ། སྟོང་ལམ་ཀྱན་རྒྱུ་རང་རྒྱུད་ལ། ། རྟག་  
 ཅིང་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་མ་ཐག། ། བདག་གཞན་མ་རུངས་བྱེད་པས་ན།  
 བཅན་ཐབས་གདོང་ནས་བསྐྱོག་པར་ཤོག། ། རང་བཞིན་ངན་པ་ལི་  
 སེམས་ཅན་དང་། ། ཇིག་སྟུག་དྲག་པོས་ནོན་མཐོང་ཆོ། ། རིན་ཆེན་  
 གཏིར་དང་ཕྱད་པ་བཞིན། ། རྟོད་པར་དཀའ་བས་གཅིས་འཇོན་ཤོག།  
 ཅིས་གསུངས་སོ། ། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་རྒྱུ་མས་མཁུ་བར་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་  
 དགྲེས་ཤིང་། སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་པ་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་མི་དགྲེས་པ་ནི།

སྒྲིབ་དཔོན་ལྷ་སྒྲིབ་ཀྱིས་བ་ཚྲི་ཚུ་སྒྲུང་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་ལས་སྒྲུང་བའི་  
 སེམས་ཅན་མགྱ་བར་བྱ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་ལས། སེམས་ཅན་དོན་  
 ཉིད་ལ་གྲུས་ཡིན་གཞན་དག་གྲུས་མིན་ལ། ། གྲུས་པའང་ང་ཡི་དེ་ལ་  
 སྒྲིང་རྩེ་མི་སྒྲིང་བ་ཡིན་ཏེ། ། སྒྲིང་རྩེ་སྒྲིང་ས་པའི་སྒྲིད་པས་དམན་པར་  
 འགྱུར་བ་གང་ཡིན་ལ། ། སྒྲིང་རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལ་གཞོན་པར་རིགས་ཀྱིས་  
 གཞན་གྱིས་མིན། ། ཞེས་གསུངས། མ་ཀན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་བསྐྱེད་ན་རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་མཆོད་པར་འགྱུར་བ་ནི།  
 གང་ཞིག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྒྲིང་རྩེ་ལྷན་པས་རབ་འཇུག་ན། ། དེས་  
 བྱིང་ལ་མཆོད་ཅིང་བསྟན་ལ་གཅིས་པར་རབ་དུ་བཟུང་། ། གང་ལ་ཚུལ་  
 བྱིམས་ཐོས་དང་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲོ་གྲོས་གསལ་ཡོད་པ། ། དེ་ལྟར་དེས་ནི་བདེ་  
 བར་གསེགས་པ་ཉིག་དུ་མཆོད་པར་གྱུར་བ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས། མ་  
 ཀན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཞོན་སེམས་སྐྱེས་ན། དོན་གྱིས་སངས་རྒྱས་  
 ལ་བསྟོས་མེད་དང་ཁྱད་གསོད་བྱས་པར་འགྱུར་བ་ནི། སེམས་ཅན་ཕན་  
 པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ངས་འདི་བསྐྱབས་པ་སྟེ། ། སྒྲུ་འདི་སེམས་ཅན་  
 དོན་ཉིད་ཁོ་ནར་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་པ་ལ། ། གང་ཞིག་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་ནི་  
 སེམས་ཅན་དག་ལ་གཞོན་བྱེད་པ། ། དེ་ནི་རི་ལྟར་ང་ལ་བརྟེན་ཏེ་ང་ལ་  
 བསྟོས་བྱལ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས། མ་ཀན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ན་སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་མཆོག་དུ་འགྱུར་ཞིང་། སེམས་  
 ཅན་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་མཆོད་པ་རྒྱུ་དུ་ཞིག་  
 ལྷལ་ན་ཡང་མཆོད་པའི་མཆོག་དུ་འགྱུར་ལ། སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་པ་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཅི་ལྷལ་ཡང་



དགེས་པར་མི་འགྱུར་བ་ནི། གང་གིས་ཡིད་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་ནས་  
 མཆོད་པ་ཡིན་པས་ན། ། སེམས་ཅན་དག་ལ་ཕན་ན་དེ་ནི་རྒྱུ་ཡང་  
 མཆོད་པ་ཡིན། ། འཆོ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དང་གཞན་ལ་གཞོན་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡི། ། མཆོད་པ་ལེགས་པར་སྒྱུར་བ་ཡིན་ཡང་མཆོད་པར་འགྱུར་  
 མ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས། སྤྱུང་པས་བསྐྱེད་པ་གངས་མེད་མང་པོར་  
 ཆོག་ས་བསགས་པ་དང་། རྗེ་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་སྦྱོན་པ་བཏང་བ་  
 དང་། སྤྱི་ལུས་སྦྱོན་པ་བཏང་བའང་གངས་མེད་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ནར་མཛད་པ་དང་། མཐར་མངས་རྒྱས་པའང་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ནར་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་གསུངས་པ་སོགས་མཛད་  
 པ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ནར་མཛད་པ་ཡིན་པས། སེམས་  
 ཅན་ལ་གཞོན་པ་ལུས་ན་དོན་གྱིས་སྤྱུང་པའི་དབང་པོ་ལ་གཞོན་པ་ལུས་པ་  
 དང་། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པ་ལུས་ན་དོན་གྱིས་སྤྱུང་པའི་དབང་པོ་ལ་ཕན་  
 པ་ལུས་པ་ཡིན་པས། སྤྱུང་པའི་དབང་པོ་དགེས་པ་ཞིག་བྱ་བར་འདོད་ན་  
 མ་ཆུན་སེམས་ཅན་རྣམས་གཅིས་པར་འཛིན་དགོས་པ་ནི། རྒྱུ་མ་  
 རྣམས་དང་བྱ་དང་དབང་ལྷག་རྒྱལ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་དང་། ། ཤ་རྣམས་དང་  
 བྱི་ཁྲག་དང་ཆེ་ལ་དང་ལུས་རྣམས་དང་ནི་མིག་ ། གང་རྣམས་ཁོ་ན་དགའ་  
 བའི་དབང་ལུས་ང་ཡིས་བཏང་བ་སྟེ། ། གང་ཞིག་དེ་ལ་འཆོན་དེ་ནི་ང་ལ་  
 གཞོན་པ་ཡིན། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་མཆོག་ཏུ་ཕན་ན་ང་ལ་མཆོད་  
 མཆོག་ཡིན། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཞོན་པའི་མཆོག་ནི་ང་ལ་གཞོན་  
 མཆོག་ཡིན། ། ང་དང་སེམས་ཅན་དག་ནི་བདེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་མཆོངས་  
 འདོད་པས། ། གང་ཞིག་སེམས་ཅན་གཞོན་བྱེད་དེ་ནི་ང་ལ་ཇི་སྟར་མོས།

སེམས་ཅན་བརྟེན་ནས་ང་ཡིས་སྒྲིབ་པ་མཉེས་དང་དག་བ་བྱས། ། སེམས་  
 ཅན་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་བསྐྱབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་འང་འཕྲོབ། ། སེམས་  
 ཅན་དོན་དུ་ཡིད་ལ་བཙོན་པ་བསྐྱེད་ནས་བདུད་བརྟུལ་ཏེ། ། དེ་བཞིན་  
 སེམས་ཅན་ཉིད་སྒྲིབ་གང་ཡིན་པ་ཡིས་ང་སངས་རྒྱས། ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་དང་  
 སྐྱེ་བར་སྒྲིག་ཆགས་དགའ་བའི་སྒྲིགས་མིན་ན། ། གང་འདི་བྱམས་དང་  
 སྒྲིང་རྗེ་སུ་ལ་དམིགས་པའི་གཞི་ལས་སྐྱེས། ། རྣམ་ཐར་དགའ་སྒྲིགས་སུ་  
 ལ་བསྒྲིས་ཤིང་ཡུལ་དང་གཞི་གང་ཡིན། ། སུ་ཡི་དོན་དུ་རིང་ནས་ང་ཡི་  
 ཡིད་གྱིས་སྒྲིང་རྗེ་བསྒྲིམས། ། དེས་ནི་སྒྲིག་ཆགས་ཉིད་ནི་སྒྲིང་སྒྲིགས་  
 དངོས་གྱུར་དུ་མ་བྱིན། ། སེམས་ཅན་ཉིད་ནི་སྒྲིབ་དུ་གྱུར་པས་ང་ཡི་སྐྱིན་  
 པ་སྒྲིངས། ། སེམས་ཅན་སྒྲིག་ཆགས་རྒྱད་གྱུར་པ་ལས་ང་ཡི་སྒྲིང་རྗེ་འཕེལ།  
 གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་མི་སྒྲིབ་སུ་ཡི་དོན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། ། གལ་ཏེ་སྒྲིག་  
 ཆགས་འཁོར་བར་སྐྱབ་བསྐྱེད་དུ་མས་བཙོན་མིན་ན། ། སྐྱེ་བ་ལེན་ཅིང་  
 སྐྱབ་བསྐྱེད་ཉམས་མེད་སུ་བྱིར་བདག་གིར་བྱེད། ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་  
 འཁོར་བའི་རྒྱན་གྱིས་བདེ་བར་གསེགས་པ་འདི། ། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་  
 དགའ་བྱིར་མིན་ན་ངལ་འདི་སུ་བྱིར་བསྐྱབ། ། ཞེས་དང་། སྒྲིབ་  
 འཇུག་ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་མཆོག་སྐྱེ་བའི་ཤས། ། སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་ཡོད་པས་ན། ། འདི་ཙམ་དག་གིས་ཆ་བསྐྱབ་ནས། ། སེམས་  
 ཅན་མཆོད་བྱར་རིགས་པར་འགྱུར། ། གཞན་ཡང་གཡོ་མེད་གཉེན་གྱུར་  
 ཅིང་། ། ཕན་པ་དཔག་མེད་མཛད་རྣམས་ལ། ། སེམས་ཅན་མགུ་བྱ་མ་  
 གཏོགས་པ། ། གཞན་གང་ཞིག་གིས་ལན་ལྟན་འགྱུར། ། གང་བྱིར་སྐྱབ་  
 གཏོང་མནར་མེད་འཇུག་པ་ལ། ། དེ་ལ་ཕན་བཏགས་ལན་ལྟན་འགྱུར་



བསན། ། དེ་བས་འདི་དག་གཞོན་ཆེན་བྱེད་ན་ཡང་། ། ཐམས་ཅད་  
 བཟང་དགུ་ཞིག་ཏུ་སྤྱད་པར་བྱ། ། རེ་ཞིག་བདག་གི་རྗེར་གྱུར་ཉིད་དང་  
 བློ། ། གང་ཕྱིར་རང་གི་སྤྱུ་ལ་འང་མི་གཟིགས་པ། ། དེ་ལ་ལྟོངས་པ་  
 བདག་གིས་རི་ལྟར་ན། ། ང་རྒྱལ་བྱ་ཞིང་བྱ་གྱིད་ངོས་མི་བྱ། ། གང་  
 དག་བདེ་བས་སྤྱབ་རྣམས་དགྲེས་འགྱུར་ཞིང་། ། གང་ལ་གཞོན་ན་མི་  
 དགྲེས་འབྱུང་འགྱུར་བ། ། དེ་དག་དགའ་བས་སྤྱབ་པ་ཀུན་དགྲེས་ཤིང་།  
 དེ་ལ་གཞོན་བྱས་སྤྱབ་ལ་གཞོན་པ་བྱས། ། རི་ལྟར་ལྟས་ལ་ཀུན་ནས་མི་  
 འབར་བ། ། འདོད་པ་ཀུན་གྱིས་ཡིད་བདེར་མི་འགྱུར་བ། ། དེ་བཞིན་  
 སེམས་ཅན་གཞོན་པ་བྱས་ན་ཡང་། ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་དགྲེས་པའི་  
 ཐབས་མེད་དོ། ། དེ་བས་བདག་གིས་འགྲོ་ལ་གཞོན་བྱས་པས། །  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཀུན་མི་དགྲེས་གྱུར་པ་གང་། ། ཐུག་དེ་དེ་རིང་སྤོངས་བཤག་  
 བཞུ་ཡིས། ། མི་དགྲེས་གང་ལགས་དེ་སྤྱབ་ < ཀུན > བཟོད་པར་གསོལ།  
 དེ་བཞིན་གསེགས་རྣམས་དགྲེས་པར་བཞུ་སྤྱད་དུ། ། དེང་ནས་བཟུང་  
 ནས་ < དེས་བརྒྱལ > འཇིག་རྟེན་བྱ་དུ་མཆི། ། འགྲོ་མང་རྟོག་པས་  
 བདག་གི་སྤྱིར་འཆོག་གམ། ། འགྲུམས་ཀྱང་མི་བསྟོ་འཇིག་རྟེན་མགོན་  
 དགྲེས་མཛོད། ། འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཅན་དེས། །  
 བདག་ཏུ་མཛད་པ་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད། ། སེམས་ཅན་ངོ་བོར་མཐོང་བ་  
 འདི་དག་ཉིད། ། མགོན་དེར་བདག་ཉིད་ཅི་ཕྱིར་གྱུས་མི་བྱེད། ། འདི་  
 ཉིད་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་མཉེས་བྱེད་ཡིན། ། རང་དོན་ཡང་དག་སྤྱབ་  
 པའང་འདི་ཉིད་དོ། ། འཇིག་རྟེན་ཐུག་བསྐྱལ་སེལ་བའང་འདི་ཉིད་དེ།  
 དེ་ལྟས་བདག་གིས་ཉལ་ཏུ་དེ་ < འདི > ཉིད་བྱ། ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་

མི་འགའ་ཞིག    |    སློབ་མང་ལ་གནོད་བྱེད་ཀྱང་།    |    སློབ་མིག་རྒྱང་  
 རིང་པོ་དག    |    ལུས་ཀྱང་ཕྱིར་གནོད་མི་བྱེད་དེ།    |    འདི་ལྟར་དེ་གཅིག་  
 མ་ཡིན་གྱི།    |    རྒྱལ་པོའི་མཐུ་སློབས་དེ་ཡི་དཔུང་ < མཐུ >།    |    དེ་  
 བཞིན་གནོད་བྱེད་ཉམ་རྒྱུ་ལ།    |    འགའ་ཡང་བྱུང་དུ་གསལ་མི་བྱ།    |  
 འདི་ལྟར་དཔུལ་བའི་སྤང་མ་དང་།    |    ཐུགས་རྗེ་ལྡན་ནམས་དེ་ཡི་དཔུང་།  
 དེ་ལྟར་ < ལྟས > དམངས་ཀྱིས་རྒྱལ་གཏུམ་བཞིན།    |    སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ནི་མགུ་བར་བྱ།    |    ཞེས་དང་།    སེམས་ཅན་མགུ་ལས་བྱུང་བ་ཡི།  
 མཐོངས་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་ལྟ་ཞིག    |    ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་དཔལ་ཆེན་དང་།  
 གྲགས་དང་སྤྱོད་འགྱུར་ཅིས་མ་མཐོང་།    |    འཁོར་ཆེ་བཟོད་པས་མཛེས་  
 སྤྲུལ་དང་།    |    བྱད་མེད་པ་དང་གྲགས་པ་ཡིས།    |    བྱིན་ཏུ་ཡུན་རིང་  
 འཆོ་བ་དང་།    |    འཁོར་ལོས་སྒྱུར་བའི་བདེ་རྒྱས་ཐོབ།    |    ཅིས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ།    |    རང་ཉིད་གཅིས་པར་འཛིན་པའི་གཅོང་བྱད་འདི།    |  
 ཞེས་པ་ནས།    བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་འཛིན་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།  
 ཞེས་པ་སྤྲུལ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་དང་།    གཅིས་  
 འཛིན་གཉིས་ཀྱི་སྒྱུན་འདྲིས་མའི་ཚུལ་དུ་གསུངས་པའི་གནད་ནི།    རོན་  
 དམ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་འགལ་ལྷ་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ནི་ང་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་དང་།    ཀྱན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 འགལ་ལྷ་རང་ཉིད་གཅིས་འཛིན་ནི་ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་  
 པས་བྱིན་བྱས་ཏེ་ང་ལ་གཅིས་ཤིང་ཕངས་པར་འཛིན་པ་ཡིན་པས།    དེ་  
 གཉིས་དོན་གཅིག་མིན་ཡང་།    དཔེར་ན།    དཔོན་པོ་དང་སློན་ཆེན་  
 གཉིས་གྲོས་མཐུན་གྱིས་ཡུལ་གྱི་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་བཞིན་དུ།    འདི་



གཉིས་ཀྱིས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཕུང་བའི་བྱ་བ་མཉམ་དུ་བྱས་ནས་ཐར་  
 བའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་དང་། ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་རྒྱུ་  
 གཙོ་བོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་སྒྲེབའི་གཤམ་བྱེད་པས་དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་འདྲེས་མའི་ཚུལ་གྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞིན་དུ་  
 མཆོན་ཆ་འཁོར་ལོ་ལས་ཁྲུག་ཅིག་དང་། རྒྱུ་བ་ཅིག་སྤྲུལ་གཉིས་གཉིས་  
 འབྱུང་བ་ཡང་། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། ཀྱན་རྫོང་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་ཀྱིས། བདག་འཛིན་དང་། བདག་གཅེས་འཛིན་  
 གཉིས་བརྒྱུག་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་པའོ། ། དེས་ན་བདག་འཛིན་མ་རིག་  
 པ་དང་། གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་གཉིས་ཀྱིས་ང་རྒྱལ་གྱི་བྲག་རི་ལ་  
 བདག་འཛིན་གྱི་རྫོང་བཅས་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དམག་དཔུང་བཀྲེས་ནས།  
 ཡན་བདེའི་ནོར་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་ ཞེས་པའི་རལ་གྱིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 རྫོན་ཤིང་བཅད་ནས་སྒྲེན་མོ་ལག་སྟོང་དུ་ངན་འགྲོའི་གནས་སུ་བཞུར།  
 ཁོང་ཁྱོད་གཉིས་ཀྱི་ལྷོ་ལྷོ་ཆོས་རྒྱུ་མདའ་བཀའ་སྟེ་ཕ་རོལ་གྱི་སྟོང་ལ་བཏབ་ནས་  
 མ་ཆུན་དྲིན་མོ་ཆེ་ནམས་ཀྱི་སྟོང་བསྐྱེད་སྤྲུལ། སེར་སྤྱོད་ཞགས་པས་གཏོང་  
 སེམས་ཀྱི་སྒྲེས་བུ་དམ་དུ་བཅིངས་ནས་ཡིད་ཀྱིས་གནས་སུ་བཞུགས། ཚུལ་  
 མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུང་དམར་གྱིས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་བོ་གཡོས་པས་དག་  
 བའི་བྱ་བ་ཤིག་སྟེ་སྤྲུལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོར་ལྷུང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཁ་ཕྱག་དུ་ཤེས་  
 རབ་ཀྱི་འགྲོས་བཤོལ་ནས་གཉིས་འཛིན་གྱི་ཐང་དུ་ལུས། ཐར་འདོད་ཀྱི་  
 སྒྲེས་བུ་ལྷ་ངན་གྱི་དོང་དུ་བཅུག་ནས་ཐར་མེད་འཁོར་བའི་ལྷགས་ཁང་དུ་  
 རྒྱུང་པར་བྱེད་པའི་དགྲ་བོ་བདག་འཛིན་འདི་ལ་རྫོན་ཆད་དགུར་མ་གོ་  
 ད་རེས་སྤྱི་མའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས་བདག་གཅེས་འཛིན་ལ་དགུར་མཐོང་སྟེ།

དེའི་ཁ་མི་འཛིན། སྟོགས་མི་སྤྱང་བར་སྟོང་ན་དེ་མ་སྟེས་པ་མི་སྟེད།  
 སྟེས་པ་རྒྱན་མ་བྱུང་དུ་མི་གཞུག་པར་གཉེན་པོས་ཚར་བཅད། གཉེན་པོ་  
 མོར་ཏེ་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟོ་སྟེ་བར་སྤང་ན་དེ་མ་ཐག་དུ་བྲན་པས་ཟེན་  
 པར་བྱས་ལ་འགོང་པོ་ཁོ་བྱང་ཡང་སྟམ་པ་བྱས་ནས་འགོང་པོ་འདིས་སྟར་  
 ཡང་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་སྟག་བསྐལ་ལ་སྟར། ད་དུང་ཡང་  
 འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་བཏང་ན། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁང་ག་ལ་འདུག་ས་  
 དཔལ་བར་བྱས་ནས་མིག་ལ་ཐལ་བ་འདེབས་ཟེར་བ་ལྟར། འགོང་པོ་  
 འདི་སྟོང་དུ་གནས་ན་འབྲལ་ལ་ཕན་པ་ལྟར་བཅོས་པའི་བསྟུ་བྱིད་གྱིས་  
 བསྟུས་ནས་བདག་དཔལ་བའི་མེ་དོང་དུ་ངེས་པར་སྟུར་བར་བྱེད་པས་ཅི་ལ་  
 ཐུག་ཀྱང་རང་སེམས་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་རྣམ་པ་ཀུན་  
 རྣམ་རང་སེམས་བསྟུངས་ཤིང་བྲན་ཤེས་ནར་མར་བཞེན་ནས་བདག་འཛིན་  
 འགོང་པོ་འདི་འཛོམས་པ་ལ་སྟེས་བུའི་རྩ་ཅི་ཡོད་གྱིས་འབད་པར་བྱ་སྟེ།  
 དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཤ་པོ་སྤང་པའི་ཞལ་ནས། དེ་རེས་གྱི་ཆེ་ཐུང་འདི་  
 ལ་འགོང་པོ་འདི་ཅི་ཐུལ་ཞིག་བྱ་འཆལ་གསུང་། རྗེ་བཙུན་སྟོ་བཟང་ཆོས་  
 གྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཞལ་ནས། སྟག་བསྐལ་མི་འདོད་དེ་རྒྱ་རྟེན་ལ་རྟེན་སྟེ།  
 བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་དག་ལ་དག་ལྟར་བཟུ། ། སྟག་འཕྲོག་གཤེད་མ་བྱར་  
 བརྟུས་ལྟ་བུ་ཡི། ། རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་འཛོམས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།  
 བསོད་ནམས་མིན་པའི་ལས་ངན་ལྷགས་ཀྱི་ཡིས། ། འདི་ཐུར་གདུང་བའི་  
 གདོན་བགེགས་འབྱུང་པོ་སོགས། ། གཞོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་སྟུན་འདྲེན་  
 པོ་ཉ་བ། ། རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་འཛོམས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས།  
 རང་བདེ་འདོད་པས་ཉོན་མོངས་ལས་ངན་གྱི། ། ལྷ་ཆོགས་མཆོན་ཆ་རྟོན་



ཕོ་བཅར་བྱས་ཏེ། ། མངོན་མཐོང་སེམས་ལེགས་པ་ཅན་བདེའི་སྒྲིག་གཅོད་པའི།  
 གཅེས་འཛིན་དག་འདི་བརྒྱུག་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ། མེས་མཆོངས་  
 པའི་སྒྲུབ་པ་མཐའ་དག་གིས། ། བདག་ཉིད་གཅེས་བཟུང་རང་བདེ་འདོད་  
 པ་ཡིས། ། མནར་མེད་མེས་ཀྱང་ཡང་ཡང་བསྒྲིག་འགྱུར་བའི། ། ཁོང་  
 སྒྲན་ཅད་ནས་ཐོན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲ་  
 མའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་བའི་གསེལ་འདེབས་ཡང་ཡང་བྱུང། ། དེ་ལྟར་  
 གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་བདེ་ལེགས་ཐུན་ཐུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་།  
 དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་སྤྱོད་ནས་བརྟོན་ཏེ་རང་ཡལ་  
 བར་དོར། གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་བྱམས་སྤྱོད་ཇི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་  
 སེམས་ལ་ཐུགས་དམ་མཛད་པས་ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྦྱོད་རྣམས་དང་།  
 གནོད་པ་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རང་ཞིར་སོང་། ཉིད་བཀྱར་སྒྲན་  
 གསལ་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་བྱུང་། སེམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་མ་ལྟས་པར་  
 རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། ། དོན་བསྟུན། བྱིས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་དང་།  
 ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། ། འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་བྱུང་པར་སྟོས།  
 ཞེས་དང་། བྱིས་པས་རང་དོན་བྱས་ནས་འཁོར་བར་འབྱམས། ། ཐུབ་  
 པས་གཞན་དོན་བྱས་ནས་རྟོགས་སངས་རྒྱས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 རང་ཅག་རྣམས་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན།  
 གཞན་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བྱས་པས་འཁོར་བར་  
 འབྱམས་ནས་སྐྱག་བསྐྱེད་བཟོད་སྐྱགས་མེད་པ་མྱོང་ཞིང་། ཐུབ་པས་  
 རང་ཡལ་བར་དོར་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་ནས་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་

བྱས་པས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། ། མདོར་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་  
 དུ་རང་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་། གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བ་ཡིན་པ་ལ།  
 ད་རེས་སྤྱོད་མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲོ་དུ་མ་  
 བསམས། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲོ་དུ་མ་བསམས་  
 ལ། གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་། རང་གཅེས་འཛིན་ནི་རྣམ་པ་  
 ཀྱན་ནས་གཞོན་ཕྱིད་ཀྱི་དགྲ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་  
 ཁུངས་སུ་མཐོང་། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་བདེ་ལེགས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སུ་མཐོང་ནས། སྤར་རང་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་  
 དེའི་ཆབ་ཏུ་འགྲོ་བ་གཞན་ཐམས་ཅད་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་རང་ཡལ་  
 བར་འདོར་བའི་སྒྲོ་བ་སྦྱེད། སྤར་གཞན་ཡལ་བར་དོར་བའི་ཆབ་ཏུ་རང་  
 ཡལ་བར་དོར་ནས་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་ཏེ། སྤར་རྣམ་པ་ཀྱན་ནས་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་དང་། བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དེ་དོར་ནས།  
 འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་དང་། བདེ་བའི་ཐབས་  
 ཁོན་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ། གཞན་ཡང་བདག་གིས་མ་ཆན་སེམས་ཅན་འདི་  
 རྣམས་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པར་  
 འབྱུང་། ཇི་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་  
 དང་བྲལ་བར་འབྱུང་སྟུང་དུ་ཡང་ཡང་བསམས་ལ། བསམ་པ་ཇི་ལྟར་  
 སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་ལག་ལེན་ལ་ཅི་ཐབས་བྱའོ། ། གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་ཆེ་  
 སྤྱུ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་དངོས་སུ་ཕན་གང་  
 ཐོགས་བྱ། དངོས་སུ་ཕན་འདོགས་མ་རྒྱས་ན་འང་ཕན་གང་གསལ་འདོད་ཀྱི་  
 བསམ་པ་ཡང་ཡང་སྐྱུངས། སེམས་ཅན་མཁྱེན་པ་གཏོགས་པར། །



རྒྱལ་བ་དགེ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་གཞན་མེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུས་  
 ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིད་དགའ་བའི་བྱ་བ་གང་  
 ཡིན་པ་རྣམས་བསྐྱབ་མི་དགའ་བའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སྤང་ཅི་བྱེད་བྱེད།  
 གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་གང་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། དྲན་པའི་  
 ཆོ་ཡང་འདི་དག་བདག་གི་མ་དྲིན་ཅན་ལྟ་སྟེ་ལྟ་པ་དང་། འདི་དག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བདག་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོག་སྒྲུབ་པ་ལ་འགྱུར་རོ་སྟེ་མོ། །  
 དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་འདུག་ལས། ཇིག་གིས་སེམས་ཅན་ལྟ་ན་ཡང་། །  
 འདི་དག་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ ། སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས།  
 དྲང་ཞིང་བྱམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟ། ། ཞེས་གསུངས། ། དེ་ལྟར་རང་  
 ཉིད་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཅིང་བདེ་བ་འདོད་ན། སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ནི་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་འདུག་ ཡོན་  
 ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ནི་སེམས་ཅན་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་  
 འདུག་པས། ང་ནི་བདག་གིས་སྤྱོད་གི་དགྲ་པོ་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་  
 འདི་འདྲ་བར་དུ་སྤྱོད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏོང་བར། རང་གཅེས་འཛིན་སྤྱར་  
 མ་སྤྱོད་པ་གསར་དུ་མི་བསྤྱོད། སྤྱོད་པ་རྣམས་རྒྱན་གཅད་པར་བྱ། མ་  
 གན་སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་སྤྱར་མ་སྤྱོད་པ་གསར་དུ་  
 བསྤྱོད། སྤྱོད་ཟིན་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་བྱས་ཏེ། བདག་གཞན་བརྟེན་  
 བའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ལ་ཉམས་ལེན་སྤྱོད་པར་བྱེད། །

གཉིས་པ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་དངོས་བསྟོན་ཚུལ་ནི། སྤྱོད་  
 འདུག་ལས། བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་ནི། ། དང་པོ་ཉིད་དུ་  
 འབད་དེ་བསྟོན། ། འདི་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་མཉམ་པས་ན། ། ཐམས་

ཅད་བདག་བཞིན་བསྐྱེད་བར་བྱ། ། ལག་པ་ལ་སྐྱེས་དབྱེ་བ་རྣམ་མང་  
 ཡང་། ། ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བྱེད་ལུས་སུ་གཅིག་པ་ལྟར། ། དེ་བཞིན་འགྲོ་  
 བ་ཐ་དད་བདེ་སྤྱད་དག ། ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་བདེ་བ་འདོད་  
 མཉམ་གཅིག ། ཅེས་དང་། གང་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀྱི་  
 བདེ་བ་འདོད་ཏུ་མཚུངས་པ་ལ། ། བདག་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན།  
 གང་ཕྱིར་བདག་གཅིག་བདེ་བར་བརྩོན། ། གང་ཆེ་བདག་དང་གཞན་  
 གཉིས་ཀྱི་ ། སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་འདོད་མཚུངས་པ་ལ། ། བདག་དང་ཁྱད་  
 པར་ཅི་ཡོད་ན། ། གང་ཕྱིར་གཞན་མིན་བདག་སྤྱད་བྱེད། ། ཅེས་དང་།  
 མདོ་མེད་ཀྱི་ལས། ཆོས་ཀྱི་དབྱེད་སྤྱད་མཉམ་པ་ཉིད། ། རབ་ཏུ་  
 ཉོག་སྤྱད་པ་ཡི་ཆོ། ། ཉོག་ཏུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ། ། བདག་  
 དང་མཚུངས་པའི་སེམས་འཕྲོག་སྟེ། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདག་མེད་  
 དང་། ། སྤྱད་བསྐྱེད་དང་ནི་དོན་བྱ་དང་། ། ལན་ལ་མི་རེ་འདི་སེམས་  
 ཉོམས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་བདག་  
 མེད་པར་མཉམ་པ་དང་། ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་  
 འདོད་པར་མཉམ་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
 དེ་སྤྱིར་དགོས་པར་མཉམ་པ་དང་། རང་གི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་།  
 སྤྱད་བསྐྱེད་སེམས་པ་ལ་ལན་ལ་མི་རེ་བ་ལྟར། ། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་བདེ་བ་  
 བསྐྱེད་པ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་སེམས་པ་ལ་ལན་ལ་མི་རེ་བ་ཞིག་དགོས་པར་  
 མཉམ་པ་སྟེ། བདག་གཞན་གཉིས་དོན་དམ་དང་ཀྱན་རྩིས་ཏུ་མཉམ་  
 ཚུལ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ལས། བདག་  
 གཞན་མཉམ་ཉིད་གོམས་བྱས་པས། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བརྟན་པར་



འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ལྟར་བདག་གཞན་མཉམ་པའི་ཚུལ་  
 རྣམས་གོ་བ་ཅམ་ཞིག་གིས་མི་ཚོག་གི ལུང་རིགས་ཀྱིས་དཔྱད་ནས་ཡང་  
 ཡང་གོམས་དགོས་ལ། བདག་གཞན་མཉམ་པའི་དོན་ནི། རང་ལ་  
 གཅེས་འཛིན་ཇི་ཅམ་ཞིག་སྟེ་བ་དེ་ཅམ་ཞིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འང་  
 གཅེས་འཛིན་སྟེ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ་གཉིས། བདག་  
 གཞན་བརྗེ་བའི་གཞི་བསྐྱབ་པ་དང་། བདག་གཞན་བརྗེ་བ་དངོས་  
 བསྐྱེད་ཚུལ་ལ། ། དང་པོ་ལ་གཉིས། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཕན་ཡོན་  
 དང་མ་བརྗེས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། བདག་གཞན་བརྗེ་  
 བའི་བསམ་པ་གོམས་ན་བསྐྱེད་པར་བྱས་པའི་ཚུལ་བསམ་པའོ། ། དང་པོ་  
 ནི། ཐོག་མར་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་  
 དང་། མ་བསྐྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས། བདག་གཞན་  
 མཉམ་བརྗེ་སྐྱེད་པ་ལ་སློབ་ཤུགས་དྲག་བསྐྱེད་དགོས་པས། དེའི་ཚུལ་ནི།  
 སྟོད་འཇུག་ལས། གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི། ། ཟུར་དུ་  
 བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས། ། བདག་དང་གཞན་དུ་བརྗེ་བྱ་བ། །  
 གསང་བའི་དམ་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ། ། ཞེས་དང་། བདག་བདེ་གཞན་  
 གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་དག ། ཡང་དག་བརྗེ་བར་མ་བྱས་ན། ། སངས་རྒྱས་  
 ཉིད་དུ་མི་འགྱུབ་ཅིང་། ། འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། ། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། ཟུར་དུ་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་ན་བདག་གཞན་མཉམ་  
 བརྗེ་ངེས་པར་བསྐྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་མ་བསྐྱེད་པར་འཆང་རྒྱ་བའི་  
 ཐབས་མེད་པ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་བསམ་པ་འདི་མེད་

ཕར་ཀྱལ་སྤུ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་ན་མས་ལ་བསྐྱལ་པ་མཐའ་ཡས་ཕར་  
 སྤྱོད་ཕར་མི་རུས་ཤིང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་པས་མ་པ་འདི་  
 གོ་མས་ནས་བཏན་ཕར་ཐུར་པ་ན་ཤིན་ཏུ་བར་དཀའ་བའི་ཀྱལ་སྤུ་ཀྱི་  
 སྤྱོད་པ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་གང་ཡའང་དཀའ་བ་མེད་པར་འཇུག་རུས་པ་ཞིག་འོང་  
 གྱི། བྱང་རྒྱལ་སེམས་འགྲེལ་ལས། སྤྱོད་རྗེ་བཏན་པའི་ཚ་བ་ཅན། །  
 བྱང་སེམས་ཐུ་གྱུ་ལས་བྱང་བ། ། གཞན་དོན་གཅིག་འབྲས་བྱང་རྒྱལ་ནི།  
 ཀྱལ་བའི་སྤུ་ན་མས་སྒྲིམ་པར་བྱེད། ། གང་ཞིག་གོ་མས་པས་བཏན་པ་ནི།  
 གཞན་གྱི་ཐུག་བསྐྱལ་གྱིས་བྱེད་ན་མས། ། བསམ་གཏན་བདེ་བ་དོན་ནས་  
 ཀྱང་། ། མནར་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་བྱེད། ། འདི་ནི་དོ་མཚར་  
 འདི་བསྐྱགས་འོས། ། འདི་ནི་དམ་པའི་ཚུལ་ལྷགས་མཚོག་། ། ཅེས་  
 གསུངས་སོ། ། བདག་བས་གཞན་གཅིས་པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་རི་  
 ཅམ་ཤུགས་དྲག་པ་ཅམ་གྱིས་འཆང་རྒྱ་བ་ཆེས་ཐུར་བར་གསུངས་ཏེ། རྗེ་  
 བཅུན་བྱ་མས་པ་མགོན་པོ་སྤོན་ཀྱལ་པོ་གསེར་མདོག་ཅན་ཞེས་བྱ་བར་ཐུར་  
 པའི་ཆོ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་གསེར་བཟང་འོད་ཀྱི་རྒྱང་དུ་ཐུགས་  
 བསྐྱེད། དེ་ནས་བསྐྱལ་པ་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ལོན་ནས་ཐུབ་པའི་དབང་  
 པོ་རྣམས་ཀྱི་བུ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི་འབྲུངས་པའི་ཆོ། དེ་བཞིན་གསེགས་  
 པ་ཤུགས་ཐུབ་ཆེན་གྱི་རྒྱང་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་ཕར་གསུངས་པས། ཐོག་མར་  
 ཐུགས་བསྐྱེད་པ་བྱ་མས་མགོན་ཆེས་སྤྲུལ་ཡང་། འཆང་རྒྱ་བ་ཐུབ་པའི་  
 དབང་པོ་འདི་ཉིད་སྤྲུལ་བར་བྱང་བ་ནི། བདག་བས་གཞན་གཅིས་པའི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཆེས་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་སེམས་ཅན་མགོན་  
 མེད་པ། ཐུབས་མེད་པ། དཔུང་གཉིན་མེད་པ། མ་རུངས་པ།



ལུས་ཀྱང་འདུལ་མ་རུས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཕྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲིགས་མའི་དུས་  
 འདིར་འབྱོན་པར་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུར་མཛད་པའི་  
 མཐུར་གསུངས་སོ། ། དེ་ལྟར་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྐྱེད་པའི་ཕན་  
 ཡོན་དང་མ་བསྐྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་གཉིས་དང་། བདག་གཅེས་འཛིན་  
 ཀྱི་སྒྲོན་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་པ་གཉིས་རིམ་པ་  
 བཞིན་གནད་གཅིག་ཏུ་སྒྲུང་ཡང་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཉིས་ཀའི་བཤད་སྒྲུབ་  
 འདུག་པ་ལྟར་བྱས་སོ། རྒྱུ་ལྡན་།

གཉིས་པ་བདག་གཞན་བཞེ་བ་གོམས་ན་བསྐྱེད་རུས་པ་ནི། དེ་ལྟར་  
 བདག་གཞན་བཞེས་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། མ་བཞེས་པའི་ཉེས་དམིགས་  
 བསམས་ཤིང་། སྒྲོན་པ་ཐུགས་ཆེ་ཅན་དེས་སྒྲོན་སྒྲུབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་  
 སྐབས་སུ་དེ་ལྟར་མཛད་པའི་ཚུལ་རྣམས་བསམས་པས། བདག་གཞན་  
 མཉམ་བཞེ་སྒྲོམ་པ་ལ་སྒྲོ་བར་གྱུར་ནས། འདི་བསྒྲོམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ན།  
 ཐུན་པོ་རྣམས་ནི་ཕན་ཡོན་ཆེ་བའི་བའི་ཆོག་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཡིན་ལ།  
 སྒྲོ་བྱས་དང་ཐུན་པ་རྣམས་ནི་ཕྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཆོག་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་མི་  
 འཇུག་པར་ཕྱ་བ་དེ་བྱས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་མེད་དང་། དགོས་པ་ཡོད་  
 ཀྱང་རང་གིས་དེ་བསྐྱབ་རུས་མི་རུས་བརྟགས་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་པས།  
 ཉོག་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྐྱེ་སྐྱེ།  
 བདག་གཞན་བཞེ་བའི་བསམ་པ་འདི་གོམས་ན་བསྐྱེད་རུས་སམ་མི་རུས།  
 མི་རུས་ན་ནི་འབད་ཀྱང་ངལ་བ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། བསྐྱེད་  
 རུས་ན་ནི་འབད་པར་བྱ་རིགས་པས་དེ་ལྟར་ཡིན་སྒྲུམ་ན། བདག་གཞན་  
 བཞེ་བའི་བསམ་པ་གོམས་ན་བསྐྱེད་པར་རུས་ཏེ། ལྟར་རང་ལ་གནོད་པ་

ཚབས་ཆེན་བྱེད་པའི་དགྲ། མིང་ཐོས་པའང་མི་འདོད་པ་དང་འཇིགས་པ་  
 གྱེ་བ་ཞིག་ཕྱིས་མཐུན་པར་བྱས་ཏེ་མཛའ་བ་ན་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པའི་གྲོགས་སུ  
 བཟུང་ནས། དེ་མེད་ན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྤོང་མི་ཚུགས་པ་དང་། མི་  
 དགའ་བ་ཆེན་པོ་གྱེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་སྒྲུབ་བ་ལྟར་སློག་མས་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་  
 བས་ན། རང་ལ་གཞན་བཞིན་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་། གཞན་ལ་  
 བདག་བཞིན་གཅིས་པར་འཇིན་པའང་གོ་མས་ན་གྱེ་ཞེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས།  
 དཀའ་ལས་བྱུར་བ་སྒྲོག་མི་བྱ་ཞེ། ། འདི་ལྟར་གོ་མས་པའི་མཐུ་ཡིས་ནི།  
 གང་གི་མིང་ཐོས་འཇིགས་པ་ཡང་། ། དེ་ཉིད་མེད་ན་མི་དགར་འགྱུར།  
 ཞེས་དང་། བདག་གི་ལུས་ནི་གཞན་དག་ཏུ། ། བཞག་པ་དེ་ལྟར་  
 དཀའ་བ་མེད། ། ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། ཡང་འདི་སྒྲུལ་དུ་གཞན་  
 གྱི་ལུས་བདག་གི་ལུས་མིན་པས། དེ་ལ་རང་གི་ལུས་ལྟར་དུ་བདག་གིར་  
 འཇིན་པ་དང་། གཅིས་པའི་སློང་ལྟར་སྤྱོད་དུ་བྱུང་སྒྲུལ་ན། ད་ལྟར་  
 གི་ལུས་འདི་ཡང་ཕ་མའི་བྲ་བྲག་ལ་རང་གི་སེམས་བྱགས་ཏེ་ངའི་ལུས་ཞེས་  
 བདག་ཏུ་འཇིན་པ་གྱེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། སློག་མས་  
 པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བས་གཞན་གྱི་ལུས་ལ་འང་རང་གིར་འཇིན་པ་གོ་མས་པར་  
 བྱས་ན་གྱེ་ཞེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་བས་ཇི་ལྟར་གཞན་དག་གི། །  
 བྲ་བ་བྲག་གི་ཐིགས་པ་ལ། ། སྤྱོད་གྱིས་ངར་འཇིན་བྱས་པ་ལྟར། ། དེ་  
 བཞིན་གཞན་ལ་གོ་མས་པར་གྱིས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། དེ་  
 བཞིན་དུ་འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་ལྟ་བུ་ཡོད་ན། རང་གི་སེམས་ནི་གཞན་གྱི་  
 ལུས་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེའི་རིང་ལ་གཞན་ཞིག་གིས་རང་གི་ལུས་རྟིང་པ་ལ་  
 གྲོང་འཇུག་བྱས་ན་སྒར་རང་གི་ལུས་དེ་ཕྱིས་གཞན་ལུས་དང་། སྒར་



གཞན་ལུས་དེ་ཕྱིས་རང་ལུས་སུ་འཛིན་དགོས་པ་བཞིན་དང་བག་མར་སོང་  
 བའི་ཆེ་ལྷན་རང་གི་ཁྱིམ་ལ་གཞན་གྱི་ཁྱིམ་དང་། གཞན་གྱི་ཁྱིམ་ལ་རང་གི་  
 ཁྱིམ་ཞེས་སྟོང་འགྱུར་འགྲོ་བ་བཞིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་  
 སྟོབས་སྟེང་རྒྱས་པར་རྟོགས་ནས་སྟོང་སྟེང་བ་ལ་གོགས་ནི་གཉིས་ཏེ། རང་  
 དང་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་གི་རྟེན་བདག་དང་གཞན་གཉིས་པན་ཚུན་བརྟེན་  
 མེད་གྱི་སྟོབས་བཞིན། སོ་སོ་ཐ་དང་པར་རིས་སུ་བཅད་ནས་ཐུབ་པར་  
 འཛིན་པ་དང་། དེ་ནས་བདག་གཞན་གཉིས་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྱད་  
 ལའང་འདི་ནི་ངའི་བདེ་སྤྱད་ཡིན་པས་བསྐྱབ་པའམ་བསལ་བར་བྱ་ལ།  
 འདི་ནི་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་ཡིན་པས་བསྐྱབ་པའམ་བསལ་བར་མི་བྱའོ་སྟེ་  
 བསལ་བར་འདོར་བས། དེའི་གཉེན་པོར་ནི། བདག་གཞན་གཉིས་  
 རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སོ་སོར་རིས་སུ་ཆད་པ་མེད་དེ། པན་ཚུན་བརྟེན་ནས་  
 བདག་ལ་ཡང་གཞན་གྱི་སྟོབས་ལ། གཞན་ལ་ཡང་བདག་གི་སྟོབས་བའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། པ་རི་ཚུ་རི་བཞིན་ནོ། ། དཔེར་ན། པ་རི་ལ་འདི་ངོས་ནས་པ་  
 རིའི་སྟོབས་ལང་། པ་རིར་ཕྱིན་ན་ཚུ་རིའི་སྟོབས་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་  
 སྟོན་པོ་ཁ་དོག་གང་ལ་བརྟེན་ཀྱང་སྟོན་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་ལ། ཁ་དོག་གཞན་  
 གྱི་སྟོབས་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་འདྲའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་བསྐྱབ་བདུས་ལས།  
 བདག་དང་གཞན་ཉིད་བརྟེན་པ་སྟེ། པ་རི་ལ་ཚུ་རི་ལ་མི་བཞིན་བརྟེན།  
 རོ་གས་དེ་རང་གིས་པ་རི་ལ་མིན། ། གང་ལ་བརྟེན་ན་ཚུ་རི་ལ་འགྱུར།  
 བདག་ཉིད་རང་གིས་མ་ཐུབ་ན། ། གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཞན་དུ་འགྱུར།  
 ཞེས་བརྟེན་སལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རང་གི་རོ་བོས་ཐུབ་  
 པ་མེད་པར་གསུངས་སོ། ། ཡང་གཞན་ལ་སྤྱད་བསྐྱུང་བས་བདག་ལ་

མི་གཞོན་པས། དེ་སེལ་བའི་ཕྱིར་མི་འབད་དོ་སྒྲུལ་ན། དེ་སྒྲུལ་ན།  
 ཆས་པའི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལ་མི་གཞོན་པས། ཆས་པའི་ཆོ་སྒྱུག་  
 བསྐྱེལ་དུ་དོགས་ནས་གཞོན་པའི་སྐབས་ནོར་གསོག་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་  
 བ་དང་། ཆང་པའི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་ལག་པ་ལ་མི་གཞོན་པས། ཆོར་མ་  
 ཟུག་པ་ལྟ་བུ་ལག་པས་མི་སེལ་བར་ཡང་འགྱུར་བས། དེས་ན་ཐོག་མ་མེད་  
 པ་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་གོམས་པའི་དབང་གིས་རང་གི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་མི་  
 བཟོད་པ་བཞིན་དུ། གཞན་ལ་གཅེས་འཛིན་གོམས་ན་དེའི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་  
 ཡང་མི་བཟོད་པ་འབྱུང་སྟེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་བདག་གི་སྒྱུག་  
 བསྐྱེལ་གྱིས། ། གཞན་གྱི་ལུས་ལ་མི་གཞོན་པ། ། དེ་སྒྱུར་དེ་བདག་  
 སྒྱུག་བསྐྱེལ་དེ། ། བདག་དུ་ཞེན་པས་མི་བཟོད་ཉིད། ། དེ་བཞིན་  
 གཞན་གྱི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་དག། ། བདག་ལ་འབབ་པར་མི་འགྱུར་ཡང་། །  
 དེ་སྒྱུར་དེ་བདག་སྒྱུག་བསྐྱེལ་དེ། ། བདག་དུ་ཞེན་པས་བཟོད་པར་  
 དགེ། ། བདག་གིས་གཞན་གྱི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་བསལ། ། སྒྱུག་བསྐྱེལ་  
 ཡིན་ཕྱིར་བདག་སྒྱུག་བཞིན། ། བདག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་པར་བྱ། །  
 སེམས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་བདག་ལུས་བཞིན། ། ཞེས་དང་། གལ་ཏེ་དེ་ལ་  
 སྒྱུག་བསྐྱེལ་བས། ། བདག་ལ་མི་གཞོན་ཕྱིར་མི་བསྐྱུང་། ། མ་འོངས་པ་  
 ཡི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་། ། གཞོན་མི་བྱེད་ན་དེ་ཅི་བསྐྱུང་། ། བདག་གིས་  
 དེ་ནི་ཕྱིར་སྒྲུལ་པའི། ། རྣམ་པར་རྟོག་དེ་ལོག་པ་སྟེ། ། འདི་སྒྲུར་གྱི་  
 བའང་གཞན་ཉིད་ལ། ། སྒྱེ་བ་ཡང་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན། ། གང་ཆོག་ང་  
 གི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་གང་། ། དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱུང་ན། ། ཆང་པའི་སྒྱུག་  
 བསྐྱེལ་ལག་པས་མིན། ། ཅི་ཕྱིར་དེས་ནི་དེ་བསྐྱུང་བྱ། ། ཞེས་སོགས་



གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་བདག་གིས་གཞན་གྱི་སྒྱུ་བསྐྱེལ་བས་ལ།  
 ཞེས་སྟགས་གྱི་གཞུང་སྒྱུར་འགོད་ཚུལ་ནི། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྒྱུ་  
 བསྐྱེལ་རྣམས་ཆོས་ཅན། བདག་གིས་བསལ་བྱ་ཡིན་ཏེ། སྒྱུ་བསྐྱེལ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བདག་དོན་མེད་དུ་སྒྱུ་བསྐྱེལ་སྒྱུང་བ་བཞིན།  
 ཞེས་སྟགས་དང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། སེམས་ཅན་གཞན་ཆོས་ཅན།  
 དེ་ལ་བདག་གིས་ཕན་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་རྟགས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན་བདག་གི་ལུས་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་སྟགས་གཉིས་པ་  
 འགོད་ཚུལ་ལོ། ། དེ་ལྟར་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་དེ་ངེས་པར་བསྒྲུབ་དགོས་  
 ན། འདི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་གང་ནས་བཤད། བྱངས་ཇི་ལྟར་ཡོད་སྟེ་  
 ན། མཇའ་བོའི་བྱ་མོའི་གཏམ་རྒྱུད་སྟགས། ། མན་ངག་འདི་ཡི་སྒྲིང་  
 གཞི་ཡིན། ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་སྟོན་མཇའ་  
 བོའི་བྱ་མོར་འབྱུངས་པའི་ཆོ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་འགྲོ་བར་ཆས་པ་ན།  
 མས་མིག་མཆི་མས་གང་བཞིན་དུ་དེའི་རྒྱང་པ་གཉིས་ལས་བབྱང་སྟེ་ཁོ་མོ་  
 བོར་ནས་མ་འགྲོ་ཞིག་ ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་། ཁྱོས་ནས་མའི་མགོ་རྒྱང་  
 པས་འཕུལ་ཏེ་སོང་བས་ལྷགས་གྱི་ཁང་པ་ཞིག་དུ་བསྐྱེལས་ནས་སྒྱི་བོར་  
 ལྷགས་གྱི་འཁོར་ལོ་འཁོར་བས་མའི་མགོ་བོར་རྟོག་པས་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་  
 སྟོན་དུ་རྟག་ཅིང་། དེ་ལྟར་དུ་སྒྱུ་བསྐྱེལ་སྒྱུང་བའི་སེམས་ཅན་གཞན་  
 རྣམས་ལའང་སྒྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ནས་ངས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 འཁོར་ལོ་འདི་བཟོད་པར་བྱ་ཡིས། གཞན་གང་གིས་འདི་འདྲའི་ལས་  
 བྱས་པ་དེ་དག་འདིར་མའོངས་ཤིག་ ཅེས་སྒྲུས་མ་ཐོག་དུ། དེའི་མགོ་  
 ལས་འཁོར་ལོ་དེ་ཤིང་ཏ་ལ་བདུན་ཅུ་ནས་མཁའ་ལ་འཕགས་ནས་

འདུག་པ་དང་། དེའང་ཤི་འཕྲོས་ནས་དག་འཕྲོ་དུ་སྒྲིམ་པར་གསུངས་  
 པ་དང་། ཡང་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དམུལ་བའི་ཤིང་རྩ་འདྲིན་པའི་གུད་  
 དུ་འབྲུངས་པའི་ཆོ། ཁོང་དང་དམུལ་བ་པ་གཞན་ཞིག་གིས་ཨ་མུང་གི་  
 ཤིང་རྩ་ལྷགས་ཀྱི་ས་གནི་མེ་རབ་དུ་འབར་བའི་ཐང་ལ་དྲངས་པ་དང་།  
 ཁོང་གཉིས་སྟོབས་རྒྱུ་རྩེ་མ་འདྲོངས་པས། དམུལ་སྒྲུང་རྣམས་ཀྱིས་  
 མཆོན་ཆ་རབ་དུ་འབར་བས་བསྐྱུན་ཅིང་འཆོག་པས་ཤིན་དུ་སྒྲུག་བསྐྱུལ་བ་  
 ལ། ཁོང་གི་བསམ་པ་ལ། གཉིས་ཀས་དྲངས་ཀྱང་མི་འདྲོངས་པས་  
 རྣམ་ཡང་སྒྲུག་བསྐྱུལ་བ་མཆུངས་པར་འདུག་པས། བདག་གཅིག་ལྟས་  
 དྲངས་ཏེ་སྒྲུག་བསྐྱུལ་བཅོད་པར་བྱས་ལ། འདི་བདེར་གཞུག་དགོས་  
 དགོངས་ཏེ། དམུལ་སྒྲུང་རྣམས་ལ། འདིའི་ཐེག་པ་ཡང་བདག་གི་  
 གཉའ་བ་ལ་ཐོགས་ཤིག་ བདག་གཅིག་ལྟས་དྲང་བར་བྱའོ་བྱས་པས།  
 དམུལ་སྒྲུང་དེ་དག་ཁྲོས་ནས། ཁྱོད་སྟོང་རྩེ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་ནས་  
 ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་མགོ་ལ་བརྒྱབ་པས་ཁོང་ཆེ་འཕྲོས་ཏེ་ལྷར་སྒྲིམ་པར་གསུངས་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་སྟོན་རྒྱལ་པོ་བྱམས་པའི་སྟོབས་སུ་  
 འབྲུངས་པའི་ཆོ། གནོད་སྦྱོན་སྦྱོན་ལྷ་ལྟས་ཀྱི་ཁྲག་གིས་ཆེ་པར་མཛད་  
 པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་སྤྲུལ་སྤྱུ་འབྲུངས་པའི་ཆོ་སྒྲུག་མོ་ལ་སྤྱུ་  
 ལྟས་སྦྱོན་པ་དང་། རུས་སྤྲུལ་གྱི་གཙོ་བོར་འབྲུངས་པའི་ཆོ་རང་གི་སྒྲུག་  
 བསྐྱུལ་བྱད་དུ་བསད་དེ་ཆོང་པ་ལྷ་བརྒྱ་ཅམ་སྤྱུ་ལྟས་ཀྱི་རྒྱབ་ལ་བརྟེན་ཏེ་རྒྱ་  
 མཆོ་ལས་བསྐྱུལ་བ་དང་། སྟོན་བྱ་བརྒྱད་པའི་སྤྱུ་ལྟས་ཀྱི་ཤས་ཆེ་པར་  
 མཛད་པ་དང་། སྟོན་བྱ་བ་འདི་རྒྱལ་པོ་པར་བྱ་བར་འབྲུངས། རུས་  
 གཅིག་གི་ཆོ་ཁོང་གི་མངའ་རིས་སྤྲུན་དྲ་ཡམས་ཆེན་པོ་བྱང་ནས་མི་མང་པོ་ཤི་



བས། རྒྱལ་པོས་སྒྲོན་པ་རྣམས་པོས་ནས་འདི་ལ་ཅིས་པན་དྲིས་པས།  
 དེ་དག་ན་རེ། ཉ་རྩི་ཉི་ཉའི་ཤ་ཡོད་ན་པན། གཞན་གང་པན་ནད་ཀྱི་  
 གྲིབ་ཀྱིས་སྤྱགས་ནས་མི་ཤེས་པར་འདུག་ཞུས་པས། རྒྱལ་པོས་དུས་  
 བབྱང་ལ་བབས་པའི་ལྷ་རྩྱུ་ལྷས་བྱས་གོས་གསར་པ་གྲོན། གསོ་སྦྱང་  
 སྤངས། དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡུལ། གསོ་པ་བ་དྲག་ཏུ་  
 བཏབ་ནས། བདག་ཤི་མ་ཐག་ཆུ་ལྷང་སྒྲིག་བྱེད་དུ་ཉ་རྩི་ཉི་ཉར་སྒྲིབ་ར་  
 གྱུར་ཅིག་ཅིས་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་སྟེ། ཁང་བབྱང་ལྷ་སྦྱང་པའི་ཁ་ནས་  
 མཆོངས་སོ། ། དེ་མ་ཐག་ཆུ་དེར་ཉ་དེར་རྩུས་ཏེ་སྒྲིག། དེ་ནས་མའི་  
 སྒྲིབ་དུང་ཉ་རྩི་ཉ་ཡིན་པས་ང་ཡི་ཤ་ཡོད་ས་ལ་ཚོ་ཞིག་ ཅིས་སྒྲུབ་པས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤ་སྤངས་ཏེ། གཞོགས་གཅིག་གི་ཤ་བྱང་ཙ་ན།  
 གཞོགས་བསྐྱར་ཞིང་བཅད་པས། གཅིག་བྱང་ཙ་ན་གཅིག་གི་ཤ་སྒྲིས་  
 ཏེ། དེ་ལྟར་གཞོགས་རེས་མོས་ཀྱིས་ཚོས་པས་དེ་རྣམས་ནད་ལས་གྲོལ་བ་  
 བློ། མི་རྣམས་ལ་བྱེད་ཀྱི་དོན་དུངས་འདི་ལྟར་བྱས་སོ་ཞེས་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་  
 གསུངས་ཏེ། བྱིང་རྣམས་ཀྱིས་དྲིན་ལན་དུ་སྒྲིག་པ་སྦྱངས་ལ་དགོ་བ་ཅི་  
 རུས་སྒྲུབས་ཤིག་གསུངས་པས། དེ་དག་གིས་ཀྱང་བཀའ་བཞིན་དུ་  
 བསྐྱབས་སོ། ། དེ་ནས་བབྱང་སྟེ་དེ་དག་ངན་འགྲོ་ལོག་པར་མ་ལྷོང་ངོ།  
 དེ་ལྟར་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་འདིས་སྒྲོན་སྒྲོབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
 རང་ལལ་བར་དོར། གཞན་གཅིས་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོས། ཅི་བྱེད་  
 སེམས་ཅན་འབའ་ཞིག་གི་དོན་དུ་མཛད་དེ། ཐན་དཔུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆུན་  
 ཆད་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་མཛད་པའི་འཁྱུངས་རབས་ཐམས་ཅད་  
 མན་ངག་འདིའི་སྒྲོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་ཁྱུངས་མཐར་ཐུག་ཡིན་ནོ། ། དེར་

མཐུན་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་ནས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་  
 མདོ་ལྷེ་པལ་པོ་ཆེའི་གཞིན་རུ་ནོར་བཟང་གི་རྣམ་ཐར་ལས། འགྲོ་བའི་  
 ལྷན་བསྐྱེད་བདག་ཉིད་ལ་བསྐྱུར་བར་ནི་མོས། བདག་ཉིད་འགྲོ་བ་ཀྱན་  
 གྱི་ཉིར་འཆོའི་ལུས་སུ་བསྐྱུར། ཞེས་སྟགས་ཀྱི་ཆེར་འབྱུང་ཞིང་། མདོ་  
 དེའི་དབུ་ཞབས་ཐམས་ཅད་དུ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ཇི་ཉམས་བསྟོན་པའི་ཚུལ་དང་། སེམས་རིན་པོ་  
 ཆེ་འདི་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཇི་ཉམས་བསྟོན་པའི་ཚུལ་དང་།  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྒྱད་ལ་སྒྲིམ་པའི་པན་ཡོན་དང་། འདི་མེད་པའི་  
 ཉེས་དམིགས་དང་། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདིའི་བསྐྱབ་བྱ་ཇི་ཉམས་ཡོན་པ་  
 དང་། དེ་ལ་སྦྱོད་ལམ་རྣམ་བཞིར་ཇི་ཉམས་སྦྱོབ་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཅུ་དུ་  
 བརྟོན་ནས་གསུངས་སོ། ། གཞན་ཡང་། སྦྱོ་གྲོས་མི་བྱད་པའི་མདོ་  
 དང་། ཉམ་མཁའ་མཛོད་གྱི་མདོ་དང་། དཀོན་མཆོག་བརྟེན་པ་  
 དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་མདོ་ལ་སྟགས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལྷེ་  
 རྣམས་སུ་ཞིབ་དུ་འབྱུང་ཞིང་། གཞན་ཡང་འདུལ་བ་ལྷང་གི་རྒྱད་སྟེང་  
 རྣམས་དང་། ལས་བརྒྱ་པ། རྟོགས་བཛོད་བརྒྱ་པ། མཛངས་སྒྲུན་  
 སྟགས་སུ་འང་བྱུང་པས་སྟོན་བདག་བས་གཞན་གཅིས་ཇི་ཉམས་མཛོད་པའི་  
 ཚུལ་རྣམས་ཆེས་གསལ་བར་འབྱུང་ཞིང་། སྟོན་བྱང་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་  
 རྗེས་འབྲུག་གཏུལ་བུའི་ཉམས་ལེན་དུ་འབྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས་པས་ན།  
 ཆོས་འདི་ལ་སྟེང་ནས་སྦྱོབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཅིག་དུ་སྟོན་པ་  
 ལྷན་སྦྲེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱི་འབྱུངས་རབས་རྣམས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 མདོ་ལྷེ་དྲི་མ་མེད་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་བསྟོས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་ལྷན་སྦྲེ་



དཔལ་ཏུ་བསྐྱེད། དེ་དག་ཇི་ལྟར་ཉམས་སྤྲུལ་ལོན་པའི་ཚུལ་གསལ་བར་སྟོན་  
 པའི་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ནམས་ཡང་ཡང་བལྟས་ལ་གོ་ཡུལ་ཅི་རྟེན་བྱ།  
 དེ་དག་གི་སྒྲིང་པོའི་དོན་ནམས་བརྒྱད་ལྟན་སྤྲུལ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱར་ཏེ་ཉམས་སྤྲུལ་ལོན་ཤེས་པ་ཞིག་དང་། ཇི་  
 ལྟར་ཤེས་པ་ལྟར་དུ་ལག་ལེན་ལ་བཀལ་ཏེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་ནི་  
 གནད་དམ་པ་ཡིན་ནོ། ། ཇི་བཅུན་བྱམས་པས་མདོ་སྤྲིན་རྒྱན་ལས་ཀྱང་།  
 གཞན་དོན་བཙོན་ལྟན་སྒྲིང་ཇིའི་བདག་ཉིད་འདི། ། གང་ཆོ་མནར་མེད་  
 ལ་ཡང་དགར་འཛིན་པ། ། དེ་འདྲ་བདག་སྤྲིན་ན་གཞན་རྟེན་ཅན། །  
 ལྷག་བསྐལ་འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱིས་གལ་འཇིགས། ། ཞེས་དང་། ། གཞན་  
 དང་བདག་ཏུ་མཉམ་པའི་སེམས་ཉིད་དམ། ། བདག་པས་གཞན་ཆེས་  
 ལྷག་པ་རྟེན་ནས་ནི། ། དེ་ལྟར་བདག་པས་གཞན་དོན་མཆོག་ཏུ་ཤེས།  
 རང་གི་དོན་གང་གཞན་གྱི་དོན་གང་ཡིན། ། ཇི་ལྟར་སྒྲིང་ཇིའི་བདག་  
 ཉིད་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར། ། བདག་ལ་ལྷག་བསྐལ་མི་བཟད་གཏུང་བ་  
 རབ་བྱེད་པ། ། དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་གཏུང་བ་ལས་ཀྱིས་གཞན་དག་  
 ལ་འང་། ། ཤིན་ཏུ་བརྩེ་བ་མེད་པར་རབ་ཏུ་འཇུག་མ་ཡིན། ། ཞེས་  
 སྐགས་གཞུང་དེར་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྐྱེད་ཚུལ་མང་དུ་གསུངས་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བྱང་ས་སྐགས་སྤྲུལ་དུ་  
 གསུངས། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྲུལ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྲེལ་དང་། མི་  
 ལམ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཏམ། རིན་ཆེན་ཕྱིང་བ་སྐགས་གཞུང་མང་  
 པོར་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས། མཁས་མཆོག་དབྱིག་གཞིན་གྱིས་ཆོགས་  
 ཀྱིག་ཏམ་དང་། དཔལ་བོས་སྟོན་ལམ་བདུན་ཏུ་པ་སྐགས་ལས་གསུངས།

བྱད་པར་དུ་བསྐྱབ་བརྟམ་དང་སྦྱོད་འཇུག་གཉིས་ཀར་གཞན་གྱི་སྒྲིག་སྒྲུག་  
 ཐམས་ཅད་བདག་ལ་ལེན་པ་དང་། བདག་གི་བདེ་དགེ་ཐམས་ཅད་  
 གཞན་ལ་གཏོང་བའི་ཚུལ་འདི་ཉིད་ཙམ་དུ་བཏོན་ནས་གསུངས་སོ། ། དེ་  
 ཡང་། རྒྱལ་སྤྱུལ་ཞི་བ་ལྟས། མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་མན་  
 ངག་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་བརྟམ་དང་སྦྱོད་འཇུག་གཉིས་སུ་གཏན་ལ་ཕབ་  
 ཅིང་། དེའི་མན་ངག་ཞིབ་པར་རྒྱལ་སྤྱུལ་ཞི་བ་ལྟ་ནས་རིམ་གྱིས་བརྒྱད་དེ་  
 སྤྱི་མ་གསེར་སྤྱིང་བའི་མན་ངག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རྩི་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྷན་ཡུལ་  
 ཤལ་མངའ། རྩི་བོས་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྒྱུག་ཆོས་སུ་གནང་། འབྲོམ་  
 རིན་པོ་ཆེས་སྤྱི་མ་ཆེད་གསུམ་ལ་སྐགས་པ་ལ་གནང་ནས་བཀའ་གདམས་  
 གོང་མའི་སྤྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་བྱགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་ཅིང་། སྤྱི་མ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་མན་ངག་རྣམས་རྒྱུག་ཆོས་སུ་མཛད་དེ། སྤྱི་མ་གོང་མ་གཅིག་  
 རས་གཅིག་ཏུ་རིམ་གྱིས་བརྒྱད་པ་ནི་སྤྱི་མ་བརྒྱད་ཀྱི་སྦྱོ་སྦྱང་འདི་ཉིད་ཡིན་  
 ཞིང་། འཆད་ཁ་བ་ཆེན་པོས་འབད་པ་དུ་མས་བཅལ་ཏེ། ཤར་བ་  
 བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འབྲལ་  
 མེད་དུ་བཞེན་ནས། སྦྱོ་སྦྱང་གི་བྲིད་གསན་ཞིང་བྱགས་ཉམས་སུ་བཞིས་  
 པས། རྫོན་སྦྱངས་ལས་ཀྱི་འབྲོ་སད་པས། ། རང་གི་མོས་པ་མང་པའི་  
 རྒྱས། ། རྒྱག་བསྐྱལ་གཏམ་ངན་བྱད་བསད་ནས། ། བདག་འཛིན་  
 འདུལ་བའི་གདམས་ངག་ཞུས། ། དནི་ཤི་ཡང་མི་འགྱུར་དོ། ། ཞེས་མི་  
 འཇིགས་པའི་གདེང་ཐོབ་སྟེ་ཆོགས་ཆོས་སུ་གནང་ནས་བྱབ་བརྒལ་ཤིན་ཏུ་  
 ཆེ་བར་མཛད། འདི་ཉིད་གཙོ་བོར་ཉམས་སུ་ལེན་ན། ཆོགས་ཞིང་གི་  
 སྐབས་སུ་གཙོ་བོའི་རྒྱབ་ཏུ་པད་སྤྱིའི་གདན་ལ་རྩེ་བཅུན་འཇམ་པའི་



• 129 •

ཕངས་པའི་ཡིད་འོང་གི་སྒོ་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་འོང་  
 གི་སྒོ་དེ་ལས་ཆེས་ཤུགས་དྲག་པ་སྒྲེལ། ། དེས་ན་མར་ཤེས་དྲིན་དྲན་དྲིན་  
 གཞོ་གསུམ་བསྐྱེམས་པས་ཀྱང་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་འགྲུབ། རང་གཅེས་  
 འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམས་པས་  
 ཀྱང་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་འགྲུབ་པས། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ནས་མན་  
 ངག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ཅིག་འདྲེས་སུ་འགྲོ་ཞེས་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཆེན་ན་གསལ་  
 བར་ཡོད་དོ། ། དེས་ན་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་འདི་ལ་རྒྱ་འབྲས་མན་  
 ངག་བདུན་ཀ་ཆང་ཡང་། རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་ལ་བདག་གཞན་  
 མཉམ་བཞེ་མ་ཆང་། འོན་ཀྱང་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གལ་ཆེ་བས་  
 སྒོན་དུ་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་སྒྲུངས་ན་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་སྒྲེ་  
 སྒྲོབས་ཆེ། ལམ་རིམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གོང་དུ་བཤད་པ་  
 ལྟར་ལྷགས་དེ་གཉིས་བསྐྱེས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་ཀྱང་ཚུལ་འདི་གཉིས་  
 ས་སོར་བཀོད་པ་འདི་ལྷགས་སྒྲིལ་གཉིས་ཀ་མི་ཉམས་པར་གནས་དགོས་  
 པའི་དོན་གྱིས་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བདག་གཞན་བཞེ་བ་དངོས་བསྐྱེམ་ཚུལ་ནི། སྒྲིང་  
 འཇུག་ལས། སྒྲིང་ལྷག་མེད་དང་དཔུང་ཆོགས་དང་། ། ལྟར་སྒྲིང་  
 བདག་ཉིད་དབང་བྱ་དང་། ། བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་དང་། །  
 བདག་དང་གཞན་དུ་བཞེ་བར་གྱིས། ། ཞེས་དང་། གང་ཞིག་བདག་  
 དང་གཞན་རྣམས་ནི། ། ལྟར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས། ། བདག་  
 དང་གཞན་དུ་བཞེ་བྱ་བ། ། གསང་བའི་དམ་པ་སྒྲིད་པར་བྱ། ། ཞེས་  
 དང་། བདག་ཉིད་སྒྲིབ་བཅས་གཞན་ལ་ཡང་། ། ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོར་



ཤེས་བྱས་ནས། ། བདག་འཛིན་ཡོངས་སུ་དོར་བ་དང་། ། གཞན་སྤང་  
 བ་ནི་བསྒྲུབ་པར་བྱ། ། ཞེས་དང་། དེ་ལྟས་བདག་གཞོན་ནི་བ་དང་།  
 གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞི་བུའི་ཕྱིར། ། བདག་ཉིད་གཞན་ལ་གཏང་བ་  
 དང་། ། གཞན་རྣམས་བདག་བཞིན་གཟུང་བར་བྱ། ། གཞན་གྱི་རྟོག་  
 ཆེན་བྱས་ནས་ནི། ། བདག་གི་ལྷས་ལ་ཅི་སྤང་བ། ། དེ་དང་དེ་ཉིད་  
 སྤྱགས་བྱས་ནས། ། བྱིད་གྱིས་གཞན་ལ་ཕན་པར་སྦྱོང་། ། བདག་བྱིད་  
 གཞན་ནི་མི་བྱིད་ལ། ། བདག་མཐོག་གཞན་ནི་དམའ་བ་དང་། ། བདག་  
 ནི་ཕན་བྱེད་གཞན་མིན་ཞེས། ། བདག་ལ་སྤྱག་དོག་ཅིས་མི་བྱེད། །  
 བདག་ནི་བདེ་དང་སྤྱལ་བ་བྱིས་ཏེ། ། གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་ལ་སྦྱོར།  
 གང་ཆེ་འདི་ནི་ཅི་བྱེད་ཅིས། ། བདག་གི་སྦྱོར་ལ་བརྟག་པར་བྱས། །  
 གཞན་གྱིས་ཉེས་པ་བྱས་པ་ཡང་། ། རང་གི་སྦྱོར་དུ་བསྐྱར་བྱས་ལ། །  
 བདག་གིས་ཉེས་པ་རྒྱུད་བྱས་ཀྱང་། ། སྦྱོར་མང་ལ་རབ་དུ་ཤོགས། །  
 གཞན་གྱི་གྲགས་པ་ལྟག་བརྗོད་པས། ། རང་གི་གྲགས་པ་བྲིལ་གྱིས་གཞོན།  
 བདག་ནི་བྱན་གྱི་ཐ་མ་ལྟར། ། དོན་རྣམས་ཀྱང་ལ་བཀོལ་བར་བྱས། །  
 འདི་ནི་སྦྱོར་ཅན་རང་བཞིན་གྱི། ། སྦྱོར་ཡོན་ཏན་ཆེས་མི་བསྦྱང་། །  
 འདི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཅི་ནས་ཀྱང་། ། འགས་ཀྱང་མི་ཤེས་དེ་ལྟར་བྱས། །  
 མདོར་ན་བདག་གི་དོན་གྱི་ཕྱིར། ། བྱིད་གྱིས་གཞན་ལ་གཞོན་བྱས་གང་།  
 གཞོན་དེ་སེམས་ཅན་དོན་གྱི་ཕྱིར། ། བདག་ཉིད་ལ་ནི་འབབ་པར་བྱས།  
 ཞེས་དང་། སྤང་རི་ཐང་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ། བྱིད་རྒྱལ་ཁ་སེམས་  
 ཅན་ལ་འབུལ། ། ཅི་སྦྱོར་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཁོང་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འབྱུང་བས་སོ། ། བྱིད་དང་བྱུང་ཁ་ཐམས་ཅད་རང་གིས་སྤང་། ། ཅི་སྦྱོར་





གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་གཉིས་གསུངས་པས་གང་བྱས་ཀྱང་ཁྱད་པར་  
 མེད་པར་འདྲ་ཞིང་། སྤྱི་ཕྱི་རིམ་པ་ཡང་། དེ་གཉིས་རྒྱང་ལ་བསྐྱོན་  
 པར་བྱ། ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པ་འབྱུངས་  
 བོར་སོང་ནས་རྒྱང་འགྲོ་འོང་དང་བསྐྱོན་ནས་བསྒྲུབ་པའི་ཆེ་སྤྱི་གང་བྱེད་  
 གྱི་ཁྱད་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་ན་གཏོང་ལེན་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་དུ་བྱེད་དགོས་  
 པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། གཏོང་བ་བསྒྲུབ་པ་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་དང་།  
 གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་བདག་ལ་ལེན་པའི་དམིགས་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་  
 བསྒྲུབ་པའང་ཡོད་དེ། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་གཏོང་བ་བསྒྲུབ་པ་ནི་བྱམས་  
 པའི་དམིགས་རྣམས་ཙམ་དུ་བཏོན་པ་ཡིན་ལ། ལེན་པ་བསྒྲུབ་པ་ན་སྤྱིང་  
 རྒྱུ་དམིགས་རྣམས་ཙམ་དུ་བཏོན་པ་ཡིན་པར་གསུངས་པས། བྱམས་པ་  
 གཙོ་བོར་བསྒྲུབ་པ་དང་། སྤྱིང་རྒྱུ་གཙོ་བོར་བསྒྲུབ་པ་བཞིན་ཡིན་ནོ།  
 འོན་ཀྱང་། སྤྱིར་བྱམས་སྤྱིང་རྒྱུ་དམིགས་རྣམས་སྤྱིང་བ་ཙམ་དང་མི་འདྲ་  
 བར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བྱན་མང་མ་ཡིན་པའི་བསམ་པ་རྒྱབས་ཆེན་དང་།  
 ཐབས་མཁས་ཀྱི་འཕྲུལ་གཞན་ལས་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །  
 གཏོང་ལེན་འདི་ནི། བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྒྱུ་དམིགས་པ་ཙམ་གྱིས་མ་  
 ཆོམ་པར་ལག་དུ་སྤངས་པ་ཡིན་ལ། བདག་གཞན་བརྒྱུ་བའི་བསམ་པ་དེ་  
 གོང་འཕེལ་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར། དེའི་གོགས་སེལ་བྱ་བ་འདོན་དུ་གཏོང་བ་  
 བྱམས་པའི་ལག་ལེན་དང་། ལེན་པ་སྤྱིང་རྒྱུ་དམིགས་ལེན་འདི་ལ་སྒྲོ་ཡང་  
 ཡང་སྤངས་དགོས་སོ། ། དེ་ལ་སྤྱིར་བཤད་པ་ལྟར་གཏོང་བ་སྤྱིན་དུ་བྱས་  
 ཀྱང་ཆོག་མོད། ལག་ལེན་གྱི་ཆོ། དེས་ན་རྒྱུ་བཅུན་སྤྱིང་སྤྱིང་ཆེ་ཅན།  
 ཞེས་སྐགས་ལྟར། ལེན་པ་སྤྱིན་དང་། གཏོང་བ་རྒྱུ་བྱེད་པ་མན་

ངག་ཡིན་ནོ། ། འདི་ལག་ཉིས། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལྷུག་བསྐྱེད་  
 གྱིས་མནར་ཚུལ་བསམས་ཏེ་སྒྲིང་རྒྱུ་དེ་དམིགས་པ་ཚུལ་དུ་བཏོན་ནས་ལེན་  
 པ་དང་། བདེ་བས་ཕོངས་ཚུལ་བསམས་ཏེ་བྱམས་པའི་དམིགས་པ་ཚུལ་  
 དུ་བཏོན་ནས་གཏོང་བའོ། ། དང་པོ་ནི། སྒྱི་བོར་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་སྒྲོམ་  
 བཞིན་པའི་ངང་ནས། དེས་ན་རྩེ་བཅུན་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་སྒྲོམ་རྒྱུ་ལྟར་ཅན། ། མ་  
 ལྷུང་འགྲོ་བའི་ཐིག་སྒྲིབ་ལྷུག་བསྐྱེད་ཀྱང་། ། མ་ལུས་ད་ལྟ་བདག་ལ་སྒྲིབ་  
 པ་དང་། ། བདག་གི་བདེ་དགོ་གཞན་ལ་བཏང་བ་ཡིས། ། འགྲོ་ཀྱང་  
 བདེ་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོམ་སྒྲོམ། ། ཞེས་གཏོང་ལེན་རྒྱས་པར་གསོལ་  
 བ་ལྷུག་སྒྲུག་དུ་བཏང་བ་ལ། རང་གི་ཆོ་འདིའི་མ་མདུན་དུ་དམིགས་ནས།  
 འདི་ཉིད་ལྷུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཀྱང་ལྷུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་མི་དགོ་བ་སྤྲོད་མི་ཤེས།  
 ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་ལ་འབད་འབད་དུང་དུང་གིས་དགྲ་གཉིན་གྱི་སོ་ཆོས་བྱེད་  
 བྱེད་ནས་ལྷུག་བསྐྱེད་གྱི་ལྷུག་བསྐྱེད་དང་། འཁྱུར་བའི་ལྷུག་བསྐྱེད་  
 གཉིས་གྱིས་གདུངས་ནས་བདེ་བའི་སྒྲོ་རྩེ་བཅུན་ཀྱང་མི་འདུག། ཆོ་འདིར་  
 ཡང་བྱ་བ་ངན་པས་བྲེལ་ནས་དགོ་བའི་སྒྲོ་མ་སྒྲིམ་པས། ཤི་མ་ཐག་དུང་ན་  
 སོང་དུ་སྒྲིབ་པ་ནི་ཐེ་ཆོམ་མེད། དེར་སྒྲིམ་ན་ནི་ཡུན་རིང་ལ་ལྷུག་སྒྲུག་  
 པའི་ལྷུག་བསྐྱེད་སྒྲོ་ཆོག་སྤྲོད་དགོས་པར་འདུག། དེས་ན་འདི་ཉིད་ལྷུག་  
 བསྐྱེད་དང་ལྷུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། ལྷུག་  
 བསྐྱེད་དང་ལྷུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་ལྷུང་ཅིག། ལྷུག་  
 བསྐྱེད་དང་ལྷུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་བདག་གིས་བྱའོ།  
 དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་པར་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་སྒྲོམ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་ཀྱང་གསོལ་སྒྲུ་མ་དུ་བསམས་  
 ལ། མའི་རྒྱུད་གྱི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་། འབྱེས་བྱ་ལྷུག་བསྐྱེད་སོགས་ཉེས་



སྒྲིན་ཐམས་ཅད་སྒྲིན་གིས་གནས་པ་བཞིན་དུ་ནག་ཤར་ངེས་རང་གི་སྒྲིང་ནང་  
 དུ་སྒྲངས།     རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིང་དུ་རུག་སྒྲི་སྒྲིན་ནས་བྱལ་ཏེ་ཟད།  
 མ་དེ་ཉིད་སྒྲུག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་དང་བྱལ་ཏེ་ལུས་ཟག་མེད་ལོངས་སྒྲི་དང་།  
 སེམས་ཟག་མེད་ཆོས་སྒྲུར་གྱུར་ཏེ་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ།     ། དེ་ནས་  
 ས་ལ་སོགས་པའི་གཉིན་རྒྱུ་དང་།     བར་མའི་སེམས་ཅན་རྒྱུ་དང་།  
 དག་རྒྱུ་དང་།     མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲར་  
 བཞིན་བསྒྲུབ་མོ།     ། ཡང་རེས་འགའ་རིམ་བཞིན་དཔྱལ་བ།     ཡིད་གསལ་  
 དུད་འགྲོ།     ལྷ་མ་ཡིན།     མི།     ལྷ།     བར་དོ་བ་རྒྱུ་ལ་དམིགས་  
 ནས་དེ་རྒྱུ་གིས་རང་གི་མ་ཡང་ཡང་བྱས་ཚུལ།     སྒྲིན་ཆེ་ཆུས་དང་།  
 སོ་སོས་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྒྲིང་ཆུལ་རྒྱུ་ལ་བསམས་ལ།     སྒྲུག་བསྐྱལ་དེ་དང་དེ་  
 དག་ལས་སྒྲུར་དུ་གྲོལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་པ་དང་།     སྒྲུག་བསྐྱལ་དེ་དག་  
 བདག་གིས་སྒྲངས་ནས་དེ་དག་སྒྲུར་དུ་ཐར་བར་བྱོལ་སྒྲུམ་དུ།     སྒྲིང་རྒྱེ་  
 དང་ལྷག་བསམ་ཤུགས་དྲག་དུ་བསྐྱེད་ནས།     དེ་དག་གི་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
 ཐམས་ཅད་རང་ལ་སྒྲངས་པས།     དེ་དག་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་དང་  
 བྱལ་ནས་སྒྲར་ལྷར་སངས་རྒྱས་པར་བསམས་ལ་དགའ་བའི་འདུན་པ་དྲག་  
 དུ་བྱོལ།     ། དེ་ནས་ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་རྒྱུ་ལ་དམིགས་ནས།  
 དེ་དག་གི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྒྲིང་རྒྱུ་དང་།     ས་ལ་མ་གྱི་བར་ཆད་དང་།  
 ཤེས་སྒྲིབ་སྒྲུ་མ་ཆུན་ཆད་སྒྲར་ལྷར་སྒྲངས་པས།     དེ་རྒྱུ་སྒྲིང་ཅིག་ལ་  
 སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ།     ། དེ་ནས་སྒྲིང་གྱི་ཉེས་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་རང་  
 གི་སེམས་སྒྲིང་དུ་སྒྲངས་པས་སྒྲིང་ཐམས་ཅད་དག་པའི་ཁིང་དུ་གྱུར་པར་  
 བསམ་མོ།     ། གཉིས་པ་སེམས་ཅན་རྒྱུ་ལ་དམིགས་བདེ་བས་ལོངས་ཚུལ་བསམས་

ཏེ་བྱམས་པའི་དམིགས་པ་ཅུ་བཏོན་ནས་གཏོང་བ་བསྒྲུབ་པ་ནི། ལྷོ་  
 བོར་སྒྲུལ་ལྷ་བསྒྲུབ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་རང་གི་མ་ལྷ་བྱ་ཆེས་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
 ཞིག་ལ་དམིགས་ནས། འདི་ཉིད་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་  
 བསྐྱབ་མ་ཤེས་པས་ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་གཤམ་ཡོད། ཟག་བཅས་གྱི་བདེ་བ་  
 ཅམ་ཡང་མི་འདུག ད་ལྷ་བདེ་བར་སྒྲུབ་པ་འདི་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་དུ་  
 འགྱུར་ནས་འགྲོ། བདེ་བ་ཞིག་འདོད་ནས་འབད་འབད་དུང་དུང་བྱས་  
 ཀྱང་ཕྱི་མར་ངན་སྤང་གི་རྒྱ་བྱེད། ཆོ་འདིར་ཡང་ངལ་ཞིང་དུ་བ་པས་སྤྱད་  
 བསྐྱེད་བར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས། ཡང་དག་པའི་བདེ་བ་ཞིག་གཏན་ནས་  
 མི་འདུག དེས་ན་འདི་ཉིད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་བྱེད་ཅན་ཅད་དང་  
 ལྷན་ན་ཅི་མ་རུང་། བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་གྱུར་ཅིག་  
 བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྷན་པར་བདག་གིས་བྱུང་། ། དེ་ལྷན་བྱེད་  
 རུས་པར་སྒྲུལ་ལྷ་བྱེད་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ་སྤྱད་དུ་བསམས་ལ། རང་  
 གི་ལྷས་འོངས་སྤྱོད་དགེ་ཅ་བྱམས་ཅད་མ་ལ་བཏང་བས་ལྷས་སེམས་གནས་  
 གྱུར་ནས། འཕགས་ཅོར་བདུན་དང་། མཐོ་རིས་གྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་  
 ལྷན་གྱི་དལ་འབྱོར་གྱི་ལྷས་ཐོབ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ཅོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་  
 ཟས་གོས་སྤྲོས་ཅི་འདོད་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ལྷས་ལས་  
 མ་དེ་ལ་ཁ་ཟས་རོ་བརྒྱ་པ། གོས་སྤྱོད་སྤྲོས་བརྒྱ་པ། ཁང་པ་བཅེགས་པ་  
 ལྷ་བརྒྱ་བ་དང་། སྤྱོད་སྤྲོས་སྤྱོད་སྤྲོས་པ་སྤྱོད་ གང་གིས་འོངས་སྤྱོད་  
 པའི་ཉིན། ལྷ་གང་ལ་འོངས་སྤྱོད་པའི་ཟས་གོས་གནས་ཁང་སྤྲོས་  
 འོངས་སྤྱོད། གང་དང་ལྷན་ཅིག་འོངས་སྤྱོད་པའི་འཁོར་སྤྲོས་སྤྲོས་པ་  
 པ་རྣམས་ཐོབ་ཅིང་། དེ་བྱམས་ཅད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དམ་པའི་ཆོས་



བསྐྱབ་པའི་མཐུན་ཁྱེན་དུ་གྱུར་པར་བསམ་མོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་དགེས་བཞིན་དུ་  
 རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། གང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱ་བའི་གཞི་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་  
 གསུང་རབ་སོགས་ཕྱིར་ཁྱེན་ནམས་དང་། བར་གི་ཁྱེན་དང་བཙོན་ཤེས་  
 རབ་དང་ལྡན་པ། བྱང་སྤྲུགས་སོ་བདུན། བསྐྱབ་པ་གསུམ། བུམས་  
 རྟིང་རྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་སྦྱིས་ཏེ། སྦྱོང་པ་ཡོད་ལ་དུ་ཕྱིན་པ་  
 དུག་ལ་བསྐྱབས་པས་ཆོགས་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ནས། ལུས་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྤྱོད་དང་། སེམས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་གྱུར་པར་བསམ་མོ། ། དེ་ལ་  
 སྦྱོང་བ་ཐོན་པ་ན། ཡང་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་ནམས་དང་། བར་མའི་  
 སེམས་ཅན་ནམས་དང་། དག་ནམས་དང་། མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱོད་བཞིན་བསྒོམ། ཡང་རེས་འགའ་རིམ་བཞིན་  
 དམུལ་བ། ཡི་དུགས། དུད་འགྲོ། ལྷ་མ་ཡིན། མི། ལྷ།  
 བར་དོ་བ་ནམས་ལ་བདེ་བས་ཤོངས་ཚུལ་བསམས་ལ་བུམས་རྟིང་རྟེ་ཤུགས་  
 དུག་དུ་བསྦྱིད་ནས་སྤྱོད་ལྷ་རབ་བཏང་བས། དེ་དག་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་  
 ཉེས་སྦྱོན་ནམས་ཞི་ཞིང་། སྦྱིབ་གཉིས་དག་སྦྱེ་སངས་རྒྱས་ནས་སྤྲུག་གཉིས་  
 དང་ལྡན་པར་བསམ་མོ། ། དེ་ནས་ཉན་རང་བྱང་སེམས་ནམས་ལ་སྤྱོད་  
 ལྷ་རབ་ལུལ་བས། དེ་ནམས་ཆོགས་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་ཆོས་སྤྱོད་བདེ་བ་  
 དང་ལྡན་པར་བསམ་མོ། ། ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱོད་དང་། སངས་རྒྱས་  
 རྒྱུམས་ལ་སྤྱོད་ལྷ་རབ་ལུལ་བས་དེ་ནམས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱད་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་  
 སྤྱོད་ལས་ལྷག་པར་འབྱུངས་པར་བསམ་མོ། ། སྦྱོང་ནམས་ལ་སྤྱོད་ལྷ་རབ་  
 བཏང་བས་འཕྱོར་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དག་པའི་ཞིང་དུ་གྱུར་པར་

བསམ་མོ། ། རང་དང་གྲོགས་ཆེས་མཛད་ཆམས་དང་། ཉུང་པར་སྒྲ་  
 མའི་སྒྲ་ཆེ་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་ཆམས་ལ་  
 བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་དུ་བསྐྱེད་ལ་ལྷུས་བཏང་བས་གནོད་བྱེད་དེ་དག་  
 གིས་རང་གི་ལྷུས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་ཚོས་ཤིང་འཕྱངས་པས་ལྷུས་མི་སྤྱག་པ་དང་།  
 སེམས་ཀྱི་ཞི་སྤང་ཆམས་ཞི་ནས་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ཏེ་ཆོགས་  
 གཉིས་རྫོགས་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ། ། ཡང་རེས་འགའ་ཐབས་  
 ཀྱི་རྒྱང་ལ་བརྟེན་ནས་ཕར་བཏང་བ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱང་ལ་བརྟེན་  
 ནས་རྒྱུར་ལེན་པ་གཉིས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། དེའི་རྒྱལ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་དུ་ཡོད་པར་མོས་ལ། དེ་ཆམས་བདེ་བས་ཤིངས་ཤིང་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ལ་མས་མནར་བའི་རྒྱལ་བསམས་ལ། མ་ཆུན་འདི་ཆམས་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་རྒྱུ་བཅས་ལས་བསྐྱེད་ལ། བདེ་བ་རྒྱུ་བཅས་ལ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་དགོད་  
 པར་བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་བསམས་ནས། རང་གི་སྤྱ་བྱུག་གཡས་ནས་རྒྱང་སངས་  
 ཀྱིས་བྱས་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདེ་དགེ་ཐམས་ཅད་འོད་དཀར་  
 བའི་རྒྱལ་པར་མ་རྒྱལ་ཀྱི་སྤྱ་བྱུག་གཡོན་པ་ནས་ཁྱགས་པས། དེ་ཆམས་  
 མཐོ་རིས་དང་། ཐར་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་ལྡན་པར་བྱས་སོང་  
 སྒྲུལ་དུ་བསྐྱེད་ལ། རྒྱང་རྒྱུར་རྒྱལ་པ་དང་མཉམ་དུ་མ་དེ་ཆམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 རྟིག་སྐྱིབ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འོད་ནག་པའི་རྒྱལ་པར་མ་ཆུན་  
 ཆམས་ཀྱི་སྤྱ་བྱུག་གཡས་ནས་བྱང་། རང་གི་སྤྱ་བྱུག་གཡོན་ནས་ཁྱགས་ཏེ།  
 སྒྲིང་གི་ནང་དུ་བདག་གཅོས་འཛིན་མར་མེའདའ་ལ་ཁད་ཀྱི་རྒྱལ་པ་ཅན་ཀྱི་  
 ཐོག་དུ་ཐིམ་པས། དེ་ཉིད་རྒྱལ་དུ་བསྐྱེད་ལ། མ་ཆུན་སེམས་ཅན་  
 ཆམས་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུ་བཅས་དང་བྲལ་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསམས་ལ་



དགའ་པའི་འདུན་པ་དྲག་ཏུ་བྱས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ག  
 བསྐལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་འབྲེལ་ན་ཅི་མ་རུང་། མི་འབྲེལ་བར་གྱུར་  
 ཅིག མི་འབྲེལ་བར་བདག་གིས་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་བྱེད་ནུས་པར་སྒྲུ་མ་  
 ལྟས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་སྒྲུ་མ་དུ་བསམས་ལ་དགའ་བ་ཆད་མེད་  
 བསྐྱེལ་མོ། ། ཡང་བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། བདག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་  
 དང་། ། དགོ་བ་དུས་གསུམ་བགྱིས་པ་རྣམས། ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་  
 བཏང་བ་དང་། ། ཞེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ལུས་དང་དེ་  
 བཞིན་ལོངས་སྤྱོད་དང་། ། དུས་གསུམ་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ། །  
 སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་བྱེད། ། ཡངས་པ་མེད་པར་གཏང་བར་བྱ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་གཏང་བར་བྱ་བ་ནི། ལུས་དང་།  
 ལོངས་སྤྱོད་དང་། དགོ་བ་གསུམ་གཏོང་བ་སྟེ། དེ་གསུམ་དུ་མ་འདུས་  
 པའི་གཏོང་བྱའི་ཇུས་མེད་པས་རང་གི་དབང་བྱར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་  
 གཏོང་བའོ། ། དེ་ལ་གསུམ་ལས། ལུས་གཏོང་བ་ལ། སྤྱོད་པོ་བཀོད་  
 པ་ལས། བདག་ཉིད་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་ཡིད་བཞིན་  
 ཀྱི་ལུས་སུ་བསྐྱར་ནས། ཞེས་དང་། རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མདོ་ལས།  
 འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་སྒྲོ་སྒྲོ་ཆོག་ས་ཚུལ་སྒྲོ་ཆོག་ས་རྣམས་གངས་སྒྲོ་ཆོག་ས་  
 རྣམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་འཆོ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔས་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་  
 གཞིར་བསྐྱར། ཞེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་  
 དོན་བསྐྱབ་པའི་བྱེད། ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནི་ལུས་སུ་བསྐྱར། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྱུལ་ནས་གཏོང་བ་

ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་བསམས་  
 ལ། ཆེ་འདིའི་མ་ལ་དམིགས་ནས་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེམས་  
 ལ། རང་གི་ལུས་གང་འདོད་ལ་བསྟོས་པ་མེད་པར་མ་ལ་བཏང་བས་ལུས་  
 ལས་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱང་ནས་མ་རྒྱན་དེའི་ལུས་  
 ཀྱི་ཉེས་སྦྱོན་ཐམས་ཅད་དག་ནས། མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྔ་  
 ཞིག་ཏུ་གྱུར། ཆོས་སྐབ་པའི་ཕྱི་ནང་གི་མཐུན་ཀྱེན་ཐམས་ཅད་ཆང་།  
 སེམས་རྒྱུད་ལ་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། ཕྱིན་དུག་བསྐྱབ་བཞི་  
 སོགས་ས་ལམ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་ཏེ། ལུས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་དང་།  
 སེམས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱར་གྱུར་པར་བསམ་མོ། ། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་ཕ་ལ་  
 སོགས་པ་ནས་རིམ་གྱིས་རྒྱ་རྗེ་ཆེར་བཏང་ནས་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་དང་།  
 སྤྱིང་བཞིའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་། དེ་ནས་སྤྱིང་དང་པོའི་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་དང་། དེ་ནས་སྤྱིང་གཉིས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་། དེ་  
 ནས་སྤྱིང་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་། མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སྤར་བཞིན་བཏང་ལ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པར་  
 བསམ་མོ། ། ཡང་རིས་འགའ་དཔུལ་བ་མནར་མེད་པའི་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་དམིགས་ཏེ། བདག་གི་མ་དྲིན་ཅན་ལན་བརྒྱར་གསོས་ཤིང་  
 བསྐྱུངས་པ། ཆ་བས་གདུངས་ཆེ་བསིལ་བའི་ཐབས་བྱེད་པ། ཐ་ན་  
 ཟས་ཀྱིས་ཁ་ཆོག་དོགས་ནས་ཆོད་མ་སོགས་ལ་ཕུ་བཏབ་སྟེ་སྟེར་བ། གྲང་  
 བའི་ཆེ་འབྲུགས་དོགས་ནས་ལུས་ཀྱི་དྲོད་ལ་སྐྱར་ཏེ་གསོ་བར་བྱེད་པ་འདི་  
 རྣམས་ད་ལྟ་དཔུལ་བའི་གནས་སུ་ཆ་གྲང་གི་སྐྱག་བསྐུལ་བཟོད་དཀའ་བར་  
 བྱང་བ་སྒྲིང་རེ་རྗེ། འདི་རྣམས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐུལ་ཐམས་ཅད་བདག་གི་རྒྱུད་



ཉིང་དུ་སྤངས་ལ། འདི་རྣམས་དམུལ་བའི་གནས་ནས་ངེས་པར་ཐར་  
 བར་བྱས་ཏེ་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བདག་  
 གིས་བུའི་སྒྲུལ་དུ་བྱམས་པ་ཤུགས་དྲག་དུ་བསྒྲེམས་ལ། རང་གི་ལྷས་ཡིད་  
 བཞིན་གྱི་ལྷས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་ལྷས་དཔག་དུ་མེད་པ་དམུལ་བ་མནར་མེད་  
 པའི་གྲངས་དང་མཉམ་པར་སྤྱལ་ནས་བཏང་བས། དེ་དག་གི་ལྷས་  
 སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ཞི། བྱི་ནང་གི་མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་  
 ཆང་། སེམས་རྒྱད་ལ་བྱམས་སྟངས་རྟོགས། ས་ལམ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་  
 ཏེ་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ། ། དེ་ནས་ཆ་དམུལ་ལྷག་མ་དང་། གྲང་  
 དམུལ་བརྒྱད། ཉི་ཆོ། ཉི་འཁོར། ཡི་དྲགས། དུད་འགྲོ། ལྷ་  
 མ་ཡིན། སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་སྤུན་གྱི་མི། འདོད་ལྷ་རིགས་དྲུག་གཟུགས་  
 ཁམས་གནས་རིགས་བརྒྱ་བདུན། གཟུགས་མེད་སྟེ་མཆོད་ལུ་བཞི།  
 བར་དོ་བ་རྣམས་ལ་སོ་སོའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཁྱད་པར་རྣམས་བསམས་ལ་  
 བྱམས་སྟངས་རྟོགས་ཏེ་དྲག་དུ་བསྒྲེམས་ཏེ་ལྷས་སྤར་བཞིན་བཏང་བས་ཐམས་ཅད་  
 སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ། ། ཡང་རེས་འགའ་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་  
 ཀྱི་ཁམས་གསུམ་ཀྱི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་སྟོང་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་  
 བྱམས་སྟངས་རྟོགས་ཏེ་ཤུགས་དྲག་དུ་བསྒྲེམས་ལ་རང་གི་ལྷས་བཏང་བས་སྤར་བཞིན་  
 སངས་རྒྱས་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་དང་། ཕྱོགས་མཆོམས་  
 ལྷག་མ་རྣམས་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྟངས་རྟོགས་ཏེ་ཤུགས་  
 དྲག་དུ་བསྒྲེམས་ལ་རང་གི་ལྷས་བཏང་བས་སྤར་བཞིན་སངས་རྒྱས་པར་  
 བསམ་མོ། ། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་གི་ལྷས་གཏོང་བའི་ཚུལ་  
 སྒོ་སྒྲུ་ཆོགས་ནས་སྤྱངས་ཏེ། རེས་འགའ་རང་གི་ལྷས་དཔག་དུ་མེད་པར་

ལྷུལ་ཏེ་སེམས་ཅན་རེ་རེ་ལ་ལའང་ལུས་རེ་རེ་བཏང་བས་གང་ལ་གང་འདོད་  
 གྱིས་ཆོམ་པར་བསམ་མོ། ། རེས་འགའ་ལུས་གཅིག་ཕུ་འདི་ལས་གང་ལ་  
 གང་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ལྷུལ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 གཏོང་། ཡང་ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་ཆོག་ས་ལམ་ནས་ས་བཅུ་པའི་  
 བར་གྱི་ལམ་ཁྱགས་རྣམས་ལ་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 བསྐྱར་ནས་རེ་རེ་ལ་ལུས་རེ་རེ་ལུལ་བས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོན་  
 ཐམས་ཅད་དང་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གནས་ངན་ལེན་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་ལ་  
 དག། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ས་ལམ་ཐམས་ཅད་ཚོགས་ཏེ་ལུས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲི་  
 དང་། ཐུགས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུར་གྱུར་བར་བསམ། དེ་ནས་ཙུ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་  
 རྣམས་དང་ཐུགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས། ལུ་མེད་པ་  
 བ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ལ་སྒྲར་བཞིན་དུ་རང་  
 གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསམས་ཏེ། དེ་  
 དག་རེ་རེའི་དུང་དུ་འང་ལུས་དུ་མར་སྒྲུལ། ལུས་རེ་རེ་ལ་མགོ་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་དང་། མགོ་རེ་རེ་ལ་ལྗེ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་སྒྲོས་སྒྲུལ་ནས། རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་ལས་བཙུམས་ཏེ་དག་གིས་བསྟོད་དབྱངས་བརྗོད་  
 པ་དང་། ཡིད་གྱིས་དད་པ་བསྒྲུབ་ཞིང་ལུས་ཀྱིས་ཐུག་འཆལ་བ་དང་།  
 ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ལས་མཆོད་པའི་ཆོག་ས་རབ་འབྱམས་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་  
 པ་བྱང་བར་བསམས་ཏེ་ལུལ་བས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱད་ལ་ཟག་པ་  
 མེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྒྲར་ལས་ཀྱང་ཉྱག་པ་ཆོད་མེད་པ་འབྱངས་པར་  
 བསམ་ཞིང་། ཐུགས་བཅུའི་ཞིང་ན་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་  
 བའི་ཚུལ་སྟོན་དུ་ཉེ་བ་རྣམས་ལ། རང་གི་ལུས་སྒྲར་ཉྱག་པ་ལྷུ་ལྷུ་ཞིང་གསོལ་



བ་བཏབ་པས། ཅུ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་བཞུགས་  
 ར་ས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསམ། རང་གི་སྤྱི་མ་དངོས་སུ་བཞུགས་པ་  
 རྣམས་ལ་ལུས་སྤར་བཞིན་ཕུལ་བས། སྤྱི་ཆེ་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དང་  
 བཅས་པ་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་བར་བསམ་མོ། ། དེ་ནས་རང་གི་ལུས་ཡིད་  
 བཞིན་གྱི་ལུས་གྱི་རྣམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་སྤུལ་ནས་སྤོད་གྱི་འཇིག་རྟེན་  
 རྣམས་ལ་བཏང་བས། ལས་ངན་པའི་བདག་འབྲས། མི་གཙང་བ།  
 རྩོད་དུ་མ། ཆེར་མ། གྱོ་མོ། གསེག་མ། ངམ་གྲོག་ གཡངས་ལ་  
 སྤྲོས་པ་མ་དག་པའི་སྤོད་གྱི་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་དག་ཅིང་གནས་གུར་ཏེ།  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་ཆོགས་གྱི་རང་བཞིན།  
 ལག་མཐིལ་ལྟར་མཉམ་པ། ཐ་གུ་ཆེ་བ། ཡངས་པ། རེག་ན་འཇམ་  
 ཞིང་བདེ་བ། དྲི་མ་མེད་ཅིང་འོད་གསལ་བ། ཅན་སྤུལ་གྱི་སྤྱིང་པའི་  
 དྲི་བསྐྱེད་དང་ལྡན་པ། ལྟའི་མེ་ཏོག་སྤྲོ་ཆོགས་གཙལ་དུ་བཀྲམ་པ།  
 མཐའ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕ་གུས་བསྐྱོར་བ། གསེར་དང་དབྱེལ་དང་ལུ་ཏིག་གི་  
 རྩེ་མ་གྲམ་བུར་བརྒྱལ་བ། ལྷུ་ལྷུ་དང་ཀུ་ལྷུ་དང་དང་། བརྒྱ་འབྱུང་ཞིང་  
 ལྡེ་མ་པས་ཁབ་པ། རྩེ་བུ་སྤྲོ་ཆོགས་སྐད་སྟན་པར་སྤྲོག་པ། དགའ་ཞིང་  
 འཕྱུ་ལ་ལྡིང་བས་བརྒྱན་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་མཆོ་དང་རྩིང་  
 དང་སྤྱིང་ཀ་དག་གིས་མཛེས་པར་བྱས་པ་སྤྲོས་དག་པའི་ཞིང་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པར་གུར་ཏེ། སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་སེམས་དང་། ཉན་  
 རང་འཕགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་སྤྱོད་གྱི་ཕུང་པོ་ཆེན་པོ་  
 བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་བྱུང་བར་བསམ་ཞིང་། ཞིང་དེ་དག་ན་ཡོད་པའི་  
 བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་འབྱོར་

བདེ་དག་པ་རྒྱལ་དང་། རྒྱལ་ས་པ་དང་། དྲེགས་པའི་རྒྱུ་དུ་སྐད་ཅིག་  
 གྲང་མི་འགྲོ་ཞིང་། བྱང་རྒྱལ་རྒྱལ་པའི་མཐུན་རྒྱུ་ཤ་སྟག་དུ་གྱུར་པར་  
 བསམ་མོ། ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤྱོད་དུ་ཡང་འགྱུར་བས་གལ་  
 ཆེན། ། ཡང་རེས་འགར་ཤ་བྲག་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 དང་། ལྷག་པར་རང་དང་། རྒྱུགས་ཆོས་མཛད་རྣམས་ལ་གཞོན་པར་  
 བྱེད་པའི་མི་མ་ཡིན་རྣམས་དང་། ཡང་སྒོས་སྤྱད་པལ་ལྟན་སྒྲུ་མ་དམ་པའི་  
 སྒྲི་ཆོ། མཛད་པ། འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པ་ལ་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་  
 མི་མ་ཡིན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྤྱོད་རྩེ་ཤུགས་དྲག་དུ་བསྐྱེད་ལ་ལྷུས་གཏོང་བའི་  
 དམིགས་པ་ཡང་ཡང་སྤྱོད་སྟེ། གཞོན་བྱེད་དེ་རྣམས་སྒོས་བཀྲུག་ལ།  
 བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མེད་ནས་བདག་གི་མ་བྱས་ཏེ་རུ་ཞོ་བྱེད་པའང་གྲངས་  
 མེད་པས་ཤིན་དུ་དྲིན་ཆེ་ཞིང་། བདག་གིས་བྱེད་ཅག་གི་ཤ་བྲག་ཐོས་  
 པའང་གྲངས་མེད་པས། ད་རེས་དྲིན་ལན་དང་། བྱལ་ན་འཇལ་བའི་  
 བྱེད་བདག་གི་ལྷུས་འདི་བྱེད་ཅག་རྣམས་ལ་འབྲུལ་བས། བྱེད་ཅག་བྱས་  
 འདོད་པ་བྱས། གོས་འདོད་པ་གོས་སྟགས་གང་དང་གང་འདོད་པའི་  
 རྩས་རྣམས་བྱེད་ཅིག་ བྱེད་པར་བདག་གི་ལྷུས་འདི་བྱེད་ལ་ཤ་ལ་དགའ་  
 བ་ཤ་ཤོ། བྲག་ལ་དགའ་ན་བྲག་འཐུང་། རུས་པ་ལ་དགའ་ན་རུས་པ་  
 ལུར། བགས་པ་ལ་དགའ་ན་བགས་པ་འདི་བྱེད་ལ་གྱུན་ཅིག་ རིངས་  
 བ་རྩེན་པར་ཤོ། མི་རིངས་ན་ཆོས་ལ་ཤོ་ཞིག་ ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། དེ་  
 ལྟར་དུ་བསམས་པས་གཞོན་བྱེད་དེ་དག་གིས་རང་གི་ལྷུས་ཀྱི་ཤ་བྲག་ཐོས་  
 ཤིང་འཐུངས་པས། གསེར་འགྱུར་གྱི་ཕྱིས་ལྷགས་ལ་རེག་པ་བཞིན་དུ་  
 གཞོན་བྱེད་དེ་དག་གི་ལྷུས་མི་སྟག་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་སྒྱུན་ཞེ་སྤང་གཏུག་



རྩལ་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་ལ་ཁི་ནས་བྱང་རྩལ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱད་ལ་  
 སྒྲིལ་ཏེ་ཆོག་སྒྲིལ་གཉིས་ཚྛོག་སྒྲིལ་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ། ། གཉིས་པ་  
 རྩལ་སྒྲིལ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྒྱུར་བ་ནི། ཟས་གོས་གནས་ཁང་  
 འཁོར་གཡོག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་རྩལ་སྒྲིལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་  
 པ་སྒྲིལ་སྒྲུལ་ནས། ཐོག་མར་རང་གི་མ་ནས་བཟུང་། མཐར་ཐུག་སྒྲིལ་  
 བཅུའི་སེམས་ཅན་གྱི་བར་གོང་བཞིན་བཏང་བས། འཇིག་རྟེན་དང་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྩལ་སྒྲིལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ། ཡུལ་དེ་  
 དག་རེ་རེ་ལ་འང་རྩལ་སྒྲིལ་ཆ་ཆང་བ་རེར་བྱང་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་  
 ཆོག་སྒྲིལ་གཉིས་པའི་མཐུན་ཁྱེན་ཤ་སྟག་དུ་བྱུར་ནས། དེའི་ཁྱེན་གྱིས་ཐུར་  
 དུ་ཆོག་སྒྲིལ་གཉིས་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསམ། དེ་ནས་ལམ་བྱུག་སྒྲིལ་  
 དང་། ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིལ་མ་རྒྱུ་དང་། ཐུག་སྒྲིལ་བཅུའི་སངས་རྒྱས་  
 རྒྱུ་ལ་རྩལ་སྒྲིལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པ་སྒྲིལ་སྒྲུལ་ནས་འབྲུལ་བའི་  
 དམིགས་པ་སྒྲིལ་ཏུ་བྱུང་། ། གསུམ་པ་དག་ཅ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྒྱུར་  
 བ་ནི། རང་གི་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་གསོག་པར་འབྱུར་བའི་  
 དག་བའི་ཅ་བ་ཐམས་ཅད་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ལ། ཆེ་འདིའི་མ་ནས་  
 བཟུང་། མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་ལ་གཏོང་ཚུལ་གོང་ཏུ་  
 བྱེད། དེ་ནས་ཉན་རང་རྒྱུ་དང་། བྱང་སེམས་རྒྱུ་དང་། ཅ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིལ་མ་རྒྱུ་དང་། སངས་རྒྱས་རྒྱུ་ལ་འང་གོང་ཏུ་འབྲུལ་  
 བའི་དམིགས་པ་བྱུང་། ། དེ་ཏུ་རང་གི་ལུས་རྩལ་སྒྲིལ་དག་ཅ་རྒྱུ་  
 གཞན་ལ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྒྱུར་བ་ནི་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའི་སྒྲིལ་པ་  
 མད་དུ་བྱང་བ་ཡིན་པས། ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལྟེ་རྒྱུ་སྒྲིལ་ཆེར་

བསྒྲགས་ཤིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དགེ་ཅུ་གཏོང་བ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་  
བར་གསུངས། །

བྱམས་པའི་དམིགས་ནམ་གྱི་སྒོ་ནས་གཏོང་སེམས་སྦྱང་ཚུལ་དེ་ལྟར་  
བྱས་ནས། སྤྱིང་ཇེའི་དམིགས་ནམ་གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་གྱི་ཕྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་རང་ལ་  
ལེན་པའི་དམིགས་ནམ་བསྒྲུབ་ཚུལ་ནི། སྤྱི་པོར་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་བསྒྲུབ་བཞིན་  
པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ལེན་པའི་གོ་རིམ་རང་ནས་བཅུ་ལྔ་  
ཞེས་པ་ལྟར། གཞན་གྱི་སྒྲིག་བསྒྲུབ་རང་གིས་ལེན་མི་རུས་སོ་སྒྲུབ་པ་བྱུང་  
ན། རང་ལ་མ་འོངས་པ་ནི་འབྱུང་རྒྱུ་ལྟེ་སྒྲིག་བསྒྲུབ་ནམས་ད་ལྟར་རིམ་  
གྱིས་སྒྲུངས་པས་གཞན་གྱི་སྒྲིག་བསྒྲུབ་ཡང་ལེན་རུས་པར་འབྱུང་བས་དང་  
པོར་རང་གི་སྒྲིག་བསྒྲུབ་ནམས་ལེན་པའི་མོས་པ་བྱུང་། ། ལེན་པ་བསྒྲུབ་  
པ་འདིའི་སྐབས་སྒྲུབ་བཞད་པ་ལྟར། རང་གི་ཆེ་འདིའི་མ་ནས་བཟུང་  
མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་གྱི་རྒྱ་དུས་ཀྱི་ཕྱི་སྒྲིག་པ་དང་ལྷན་པ།  
འབྲས་དུས་ཀྱི་འཁོར་བ་སྤྱི་བྱེ་བྱག་གི་སྒྲིག་བསྒྲུབ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་  
དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིག་པ་སོགས་ཉེས་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་རིམ་གྱིས་སྒྲུངས་ཏེ་རང་  
གི་སྤྱིང་ནང་གི་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བབས་པས། གཅེས་འཛིན་  
འགོང་པོ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བསྒྲགས་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་རིམ་  
འགའ་དཔུལ་བ་མནར་མེད་ནས་བར་དོ་བ་ནམས་ཀྱི་བར་རིམ་གྱིས་ལེན།  
རིམ་འགར་སྒྲིགས་བཅུའི་འཛིག་ཉིན་གྱི་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོར་  
ནམས་རིམ་གྱིས་ལེན། ཉོན་རང་ནས་ས་བཅུའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་བར་གྱི་  
ལམ་ཁྱགས་ནམས་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་རིམ་གྱིས་ལེན། སྤྱི་སྒོ་དེ་གྱི་  
ཉེས་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་སྒྲུངས་པའི་མོས་པ་བྱ། ཡང་རིམ་འགའ་ནི་སེམས་



ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་འབྲས་ཀྱིས་འདུས། རང་གི་  
མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྒྲིབ་ནས་གི་ཡུང་པོ་ལྟ་བུར་གནས་པ་སྐད་ཅིག་གིས་  
འུར་སྒྲུབ་དང་། ཆོག་སྒྲུབ་དང་བཅས་ཏེ་སྒྲིབ་ནང་གི་གཅིས་འཛིན་གྱི་མགོ་  
ཐོག་ཏུ་བརྒྱབ་པས་གཅིས་འཛིན་ཐལ་བའི་རྩལ་དུ་བསྒྲགས་སོང་སྟེ་མ་དུ་  
བསམ་མོ། སྐྱོར་།

ཡང་རེས་འགར་མ་གན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོ་འདི་ལ་ཞིན་  
ཅིང་ཆགས་པ། ཉལ་འཛིན་དང་མི་དགེ་བཅུ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་  
སྐགས་ཚུར་སྒྲུབ་སྟེ། རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲིས་བུ་རྒྱུད་དུ་འཁྱེད་ཀྱིས་པ་རྣམས་  
གསལ་བཏབ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕར་བཏང་། སེམས་ཅན་རྣམས་  
ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་འཁོར་བ་ལ་ཞིན་ཅིང་ཆགས་པ་དང་། ལས་ཉོན་འབྲས་བུ་དང་  
བཅས་པ་སྐགས་ཚུར་སྒྲུབ་སྟེ། སྒྲིས་བུ་འབྲིང་གི་ཉོན་པ་རྣམས་གསལ་  
བཏབ་ལ། འཁོར་བ་ལས་ཐར་འདོད་ཀྱི་རེས་འབྲུང་གི་བསམ་པ་དང་།  
ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སྐགས་མ་གན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕར་བཏང་།  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ། རང་གཅིས་  
འཛིན་སྐགས་སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཚུར་སྒྲུབ་སྟེ། སྒྲིས་བུ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་བྱམས་སྒྲིབ་རྒྱུ་ལྟར་བྱུང་བུ་ཀྱི་སེམས་  
སྐགས་ཕར་བཏང་བས། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་བསམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་།  
སྦྱར་བ་ཕྱིན་དུག་རྣམས་སྒྲིས་པར་མོས། ཡང་མི་དགེ་བ་བཅུ་འབྲས་བུ་  
དང་བཅས་པ་ཚུར་སྒྲུབ་སྟེ། དགེ་བ་བཅུ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་ཕར་  
བཏང་། ཡང་ཆ་ཉོན་བཅུ་དང་། ཉེ་ཉོན་ཉེ་བྱ་ཚུར་སྒྲུབ་སྟེ། བསྐྱབ་  
པ་གསུམ་ཕར་བཏང་། རེས་སྒྲིབ་ཚུར་སྒྲུབ་སྟེ། ཉན་རང་རྣམས་ལ་

• 148 •



འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པས།      གཅེས་འཛིན་གྱིས།      ང་ན་དོགས།  
 ང་ཤི་དོགས་སོགས་ཁོ་ལ་དོགས་པ་མང་པོ་འདུག་པས།      ཁོ་ལ་མི་འདོད་པ་  
 དེ་བྱས་ནས་རྒྱལ་འགལ་དུ་སྤྱད་པ་ཡིན་ནོ།      ། དེ་ལྟ་བུའི་གཏོང་ལེན་གྱི་  
 དམིགས་པ་ནི།      ཡུན་ཐུང་དུ་རེ་ལས་མ་ཐུང་ཡང་ཕན་ཡོན་མཐའ་ཡས་  
 པའི་གཏམ་རྒྱུད་ལའང་མཛའ་བའི་བྱ་མའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་།      དམུལ་  
 བའི་ཤིང་རྩ་འདྲེན་པའི་གྲུད་དང་།      ཡར་ལུང་བྱ་སའི་བང་ཕྱིན་པའི་  
 གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་ཡིན་ནོ།      ། དེ་ལྟར་གཏོང་ལེན་བྱས་པ་སོགས་དུས་གསུམ་  
 གྱི་དགེ་ཙམ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོ་བ་ནི།  
 སྦྱོང་འཇུག་ལས།      དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀུན་བྱས་ཏེ།      ། དགེ་བ་བདག་  
 གིས་བསགས་པ་གང་།      ། དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་      ། སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་ཤོག      ། འགྲོ་བ་ནད་པ་ཇི་སྤྱིད་དུ།      ། བད་  
 སོས་ཁྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི།      ། སྤྲོད་དང་སྤྲོད་པ་ཉིད་དང་ནི།      ། དེ་ཡིན་ད་  
 གཡོག་བྱེད་པར་ཤོག      ། ཟས་དང་སྒྲིམ་གྱི་ཆར་བབ་སྟེ།      ། བཀྲེས་དང་  
 སྒྲིམ་པའི་གཞོན་པ་བསལ།      ། ལུགའི་བསྐྱལ་པ་བར་མའི་ཆོ།      ། བདག་  
 བྱི་ཟས་དང་སྒྲིམ་དུ་ཁྱུར།      ། སེམས་ཅན་ཕོངས་ཤིང་དབུལ་བ་ལ།      །  
 བདག་ནི་མི་ཟད་གཏིར་ཁྱུར་ཏེ།      ། ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྒྲ་ཆོགས་སུ།      །  
 མདུན་དུ་ཉེ་བར་གནས་ཁྱུར་ཅིག      ། ལུས་དང་དེ་བཞིན་ཡོངས་སྦྱོང་དང་།  
 དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།      ། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་  
 ཕྱིར།      ། ཕངས་པ་མེད་པར་བཏང་བར་བྱ།      ། ཐམས་ཅད་བཏང་བས་  
 བྱ་ངན་འདལ།      ། བདག་སྟོ་བྱ་ངན་འདས་པ་སྐྱབ།      ། ཐམས་ཅད་  
 གཏོང་བར་ཆབས་ཅིག་ལ།      ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཏོང་བ་མཆོག

བདག་གིས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། ། ལུས་འདི་ཅི་བདེར་བྱིན་ཟིན་གྱིས།  
 ཉག་ཏུ་གསོད་དང་སྒྲོད་པ་འཇ། ། བརྟེན་སྒྲིགས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག་  
 བདག་གི་ལུས་ལ་ཅེ་བྱེད་དང། ། ཅི་འདྲི་ག་ཞེ་རྒྱ་བྱེད་ཀྱང། །  
 བདག་གི་ལུས་འདི་བྱིན་ཟིན་གྱིས། ། འདི་ཡི་ཁ་ཉས་ཅི་ཞིག་བྱ། ། དེ་  
 ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བའི། ། ལས་གང་ཡིན་པ་བྱེད་དུ་ཆུག། །  
 བདག་ལ་དམིགས་ནས་ནམ་དུ་ཡང། ། འགའ་ཡང་དོན་མེད་མ་གྱུར་ཅིག་  
 བདག་ལ་དམིགས་ནས་གང་དག་གི། ། ཁྱོའམ་དང་པའི་སེམས་བྱུང་ན།  
 དེ་ཉིད་ཉག་ཏུ་དེ་དག་གི། ། དོན་ཀུན་འགྲུབ་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག། །  
 གང་དག་བདག་ལ་ཁ་ཟེར་རམ། ། གཞན་དག་གཞོད་པ་བྱེད་པ་འཇ།  
 དེ་བཞིན་འཁྱུར་ཀ་གཏོང་ཡང་རུང། ། ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སྐལ་ལྷན་  
 གྱུར། ། བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན། ། ལམ་ཁྱགས་རྣམས་  
 ཀྱི་དེད་དཔོན་དང། ། བརྒྱལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་དང་ནི། ། གཟིངས་  
 དང་ཟམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། ། སྤྱིང་དོན་གཉེར་ལ་སྤྱིང་དང་ནི། ། མར་  
 མེ་འདོད་ལ་མར་མེ་དང། ། གནས་མལ་འདོད་ལ་གནས་མལ་དང།  
 བདག་ནི་ལུས་ཅན་སྐྱོན་འདོད་པ། ། ཀུན་གྱི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག་  
 ཡིད་བཞིན་ཞོར་དང་བུམ་པ་བཟང། ། རིག་ཐུགས་གྲུབ་དང་སྒྲོན་ཆེན་  
 དང། ། དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང། ། ལུས་ཅན་གྱི་ནི་འདོད་  
 འཇོར་གྱུར། ། ས་སྒྲིགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང། ། ནམ་མཁའ་བཞིན་  
 དུ་ཉག་པར་ཡང། ། སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི། ། རྣམ་མང་  
 ཉེར་འཆོའི་གཞིར་ཡང་ཤོག། ། དེ་བཞིན་ནམ་མཁའི་མཐུས་གཏུགས་  
 པའི། ། སེམས་ཅན་ཁམས་ལ་རྣམ་ཀུན་ཏུ། ། ཐམས་ཅད་ཐུང་ན་



འདས་བར་དུ། ། བདག་ནི་ཉེར་འཚོའི་རྒྱར་ཡང་ཤོག ། ཅེས་ཚིག་  
དོན་དཔྱད་བཞིན་དུ་བརྗོད་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་གདབ་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་དངོས་གཞི་ལ་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་ནམ་བསྐྱངས་ནས་  
བྱུང་མཚམས་སུ་དམིགས་པ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ནི། ཅེ་ཚིག་ལས། ཡུལ་  
གསུམ་ཕྱག་གསུམ་དག་ཅེ་གསུམ། ། ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་མདོ་སྡེ་  
ཕལ་པོ་ཆེ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། རང་ལ་སྡིག་སྒྲུག་གི་སྤང་བ་གང་ཤར་ཡང་།  
དེ་རྒྱར་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡིག་སྒྲུག་ནམས་དེའི་སྤང་  
དུ་རྒྱར་ལེན་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་  
དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་གཅིག་ལུས་སྤྱང་བའི་གོ་ཆ་དང་འདུན་པ་ཆེར་  
བསྐྱེད། རང་ལ་བདེ་བ་དང་དགོ་བ་ཅིར་སྤང་ཡང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་པར་བཏང་སྟེ་རང་ལ་ནམ་སྟོན་གྱི་རེ་བ་མི་བྱེད་པར་མ་གཞན་  
སེམས་ཅན་ཁོ་ན་བདེ་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་པའི་འདུན་པ་ཤུགས་དྲག་དུ་བྱ།  
གཏོང་ལེན་གྱི་འཕྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཤར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་  
བསྐྱར་བ་ལ། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་བར་མ་གསུམ་མཐོང་བའི་ཆོ།  
གཏོང་ལེན་ཇི་ལྟར་བསྒྲོམ་པའི་ཚུལ་གོ་བདེ་བར་བརྗོད་ན། ཡུལ་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་པའི་ཆོ། བདག་བཞིན་དུ་  
ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་  
མང་པོ་ཡོད་པས། དེ་དག་གི་འདོད་ཆགས་ནམས་བདག་ལ་འདུས་ནས་  
སེམས་ཅན་དེ་ནམས་འདོད་ཆགས་མེད་པའི་དགོ་བའི་ཅེ་བ་དང་ལྡན་པར་  
གྱུར་ཅིག་སྟམ་དུ་བསམས་ལ། སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་འདོད་  
ཆགས་རྒྱ་འབྱས་དང་བཅས་པ་རང་གི་སེམས་སྤྱང་དུ་རྒྱར་སྤངས། རང་

རྒྱུད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་མེད་པའི་དགེ་བ་རྒྱུ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ཕར་བཏང་།  
 ཡུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་ཞེ་སྤང་སྦྱེས་པའི་ཚེ། བདག་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་ཞེ་སྤང་སྦྱེས་པའི་སེམས་  
 ཅན་དཔག་དུ་མེད་པ་ཡོད་པས། དེ་དག་གི་ཞེ་སྤང་རྣམས་བདག་ལ་  
 འདུས་ནས་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ཞེ་སྤང་མེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་ལྡན་  
 པར་གྱུར་ཅིག་སྟུང་དུ་བསམས་ལ་གཏོང་ལེན་སྒར་སྒར་བསྒྲུལ། ཡུལ་  
 བར་མ་ལ་དམིགས་ནས་གཏི་མུག་སྦྱེས་པའི་ཚེ། བདག་བཞིན་དུ་ཡུལ་  
 བར་མ་ལ་དམིགས་ནས་གཏི་མུག་སྦྱེས་པའི་སེམས་ཅན་དཔག་དུ་མེད་པ་  
 ཡོད་པས། དེ་དག་གི་གཏི་མུག་རྣམས་བདག་ལ་འདུས་ནས་སེམས་ཅན་  
 དེ་རྣམས་གཏི་མུག་མེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་སྟུང་དུ་  
 བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་བསྒྲུལ། ཡང་རང་ལ་ནད་དང་། གདོན་དང་།  
 དག་ལ་སྐྱེས་པ་སྟོ་བྱར་དུ་བྱུང་ནས་སྦྱག་བསྐྱེད་དུ་གཏོང་ན། འཇིག་  
 ཉིན་གྱི་ཁམས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་སྦྱག་བསྐྱེད་བྱུང་བ་དཔག་དུ་མེད་པ་ཡོད་པས།  
 དེ་རྣམས་སྦྱང་རེ་རྩེ་སྟུང་དུ་བསམས་ལ། དེ་དག་གི་སྦྱག་བསྐྱེད་ཐམས་  
 ཅད་བདག་ལ་འབྲས་ཀྱིས་བསྐྱེད། ཡང་གཞོན་བྱེད་འདིས་བདག་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་སྦྱང་བའི་གྲོགས་བྱས་པས་སྒྲུ་མ་ལྟར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སྟུང་དུ་བསམ།  
 ཡང་གཞན་སྦྱག་བསྐྱེད་བར་མཐོང་ན་ཡང་དེ་མ་ཐག་དུ་བདག་ལ་སྤང་ཞིང་།  
 རང་ངམ་གཞན་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དུག་པོ་སྦྱེས་ན་ཡང་གཞན་གྱི་ཉོན་མོངས་  
 པ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག་སྟུང་དུ་ཞེ་སྤང་པ་ནས་བསམ་  
 མོ། ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་



གཞན་ཡང་སྤྱད་ལམ་ནམ་བཞིར་བྱ་བ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 འདིའི་གྲོགས་སུ་འབྱུང་བ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྤྱད་ཡུལ་ཡངས་སུ་  
 དག་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་དང་། འཆག་པ་དང་།  
 ཉལ་བ་དང་། འདུག་པའི་སྤྱད་ལམ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
 པོ་ཆེས་ཟིན་པར་བྱས་ནས། གཏོང་ལེན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་ལམ་དུ་བསྐྱུར་ཅི་བྱུང་བ། སྤྱད་ལམ་དེ་དང་དེ་དག་གི་ཆོད་མིགས་པ་  
 རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། མདོ་སྡེ་དགོན་མཆོག་སྤྱོད་ལས། དེ་གཙུག་ལག་ཁང་  
 གི་ནང་དུ་འགྲོ་ན། འདི་ལྟར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་དུ་གཟུང་ངོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་ཕྱིར་  
 འབྱུང་ན། འདི་ལྟར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་བཙོན་རྒྱ་  
 བས་གདོན་ལོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་གནས་ཁང་གི་སྒྲོ་འབྱེད་ན།  
 འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྒྲོ་དབྱེའོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་སྒྲོ་གཙུང་ན། འདི་ལྟར་ངན་  
 འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོ་ནམས་གཙུང་དོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་  
 འདུག་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་དགོད་དོ་  
 སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་སྒྲོ་གཡས་པས་ཉལ་ན། འདི་ལྟར་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བས་ཡོངས་སུ་མྱ་  
 ངན་ལས་འདའ་འོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་དེ་ནས་ལྷང་ན་འདི་  
 ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་ནས་ལྷང་བ་ལས་བསྐྱང་  
 ངོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་ལུས་ཀྱི་ཆོད་ལ་འགྲོ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱིས་བུ་ཆེན་པོའི་འགྲོས་སུ་འགྲོ་བར་བྱུར་ཅིག་སྟམ་དུ་

སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་དེར་འདུག་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 འདོད་ཆགས་དང་། ཞེས་དང་། གཉི་ལྷག་གི་ཟུག་ཏུ་དབྱུང་ངོ་སྟམ་  
 ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་བཟུང་བཤམ་བྱེད་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མའི་སྒྲིན་ནམས་བཟུའོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།  
 དེ་ལག་པ་བསྟལ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་  
 ང་བ་ནམས་བསལ་ལོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་རྒྱང་པ་འབྲུ་ན་འདི་  
 ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་རྩལ་ནམ་པ་སྟེ་ཆོགས་  
 བསལ་ལོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། དེ་སྤྱིང་བཟ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དྲི་མ་ནམ་པ་སྟེ་ཆོགས་བསལ་ལོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།  
 དེ་ལྷུས་ཀྱི་གཡོ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་  
 བར་ཡོངས་སུ་བསྟོལ། ། དེ་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་  
 གྱིས་ཕྱག་བྱ་བར་ཤོག་ཅིག་སྟམ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་  
 ལྟར་ན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་ཡོངས་སུ་བསྟོལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིན་  
 བོ། ། ཞེས་དང་། སྟོན་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མདོ་ལས། གཙུག་  
 ལག་ཁང་ཏུ་འགྲོ་བའི་ཆོ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་མི་འཕྲོག་པའི་ཆོས་ཅན་ཏུ་གྱུར་ཏེ། སྤྲན་མེད་པའི་གནས་ལ་ནམ་  
 པར་སྟོན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། ལྟན་འདིང་བའི་ཆོ།  
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཏུ་  
 མཐོང་ཞིང་། ལེགས་པར་བཀོད་པའི་ཆོས་ཅན་ཏུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་  
 བསྐྱེད་དོ། ། འདུག་པའི་ཆོ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་སེམས་ཅན་



ཐམས་ཅད་མི་གནས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྒྲིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ལ་འདུག་པར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སྤྱི་ལོ་ལྔ་ལྔ་ལ་བའི་ཆོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མི་གཡོ་བའི་ས་ལ་དགོ་བའི་ཙ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 བརྟན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སྤྱི་ལོ་ལྔ་ལྔ་ལ་བའི་ཆོ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་  
 ཅིང་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་འཇིག་པ་རྣམ་པར་མཐོང་བར་  
 གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། ཀླང་མཐིལ་བཞག་པའི་ཆོ་ བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་མི་འབྲུག་ས་པ་  
 ལ་རབ་ཏུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། ཀླང་མཐིལ་  
 འདེགས་པའི་ཆོ་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཁོ་  
 མཐོ་བ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཐོབ་ཏེ། ལམ་བའི་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ལས་  
 འཐོན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སྤྲོད་གཡོགས་ཀྱིན་པའི་ཆོ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ངོ་ཆ་ཤེས་ཤིང་བྲེལ་ཡོད་པ་  
 སྤྲོད་མེད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་དགོ་བའི་ཙ་བ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སྐར་གསལ་འཆིང་བའི་ཆོ་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མི་འབྲུག་ས་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་གྱུར་ཏེ། དགོ་བའི་  
 ཙ་བ་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སྤྲོད་སྤྲོད་  
 པའི་ཆོ་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་བྱང་པར་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་ཏེ། གོང་ནས་གོང་དུ་དགོ་བའི་ཙ་  
 བ་འཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སྤྲོད་མ་གྱིན་པའི་ཆོ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མི་འབྲུག་ས་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་

གུར་ཏེ་ཐབས་དམ་པས་མངོན་པར་བཀའ་པར་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཏོ། ། དཔེན་པར་འགྲོ་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ལུག་སྤངས་ཏེ་  
 རྟོག་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། ཆུ་  
 རོགས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཤིན་ཏུ་བྱང་བར་གུར་ཅིག་  
 ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། གཙང་སྤྱི་ལས་བྱེད་པའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་དག་པའི་དངོས་པོས་གཙང་  
 ཞིང་། དེས་པ་དང་ལྡན་པར་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། རྩ་  
 འབྲུད་པའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་ནས་པར་དག་པ་ཐོབ་  
 པར་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། འཁར་བ་ལེན་པའི་ཆོ། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཆོད་སྦྱོན་བྱས་ཤིང་། ལམ་  
 སྟོན་པར་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། ལྷུང་བཟེད་ལེན་པའི་ཆོ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 མཆོད་པར་འོས་ཤིང་སྟོན་ཏུ་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། སྦྱོད་ཡུལ་  
 ཏུ་མངོན་པར་ཞུགས་པའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་གནས་མེད་པ་ལ་ཡང་དག་པར་གཞིལ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྦྱོད་  
 ཡུལ་མངོན་ཏུ་ཞུགས་པར་གུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་ཏོ། ། ལམ་ཏུ་  
 ཞུགས་པའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕྱི་ནས་  
 མ་ལུས་འགྲོ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ཏུ་ཞུགས་པར་གུར་ཅིག་ཅེས་



སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། ཟམ་པ་མཐོང་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྒྲོལ་བ་ལ་ཟམ་པར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སེམས་ཅན་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་མཐོང་བའི་  
 ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོའི་  
 མཆོན་སུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ།  
 ཀྱན་མེད་པའི་སེམས་ཅན་མཐོང་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་སྤངས་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱེན་པ་ཐོབ་པས་ཀྱན་མེད་པའི་ཀྱན་རབ་  
 དུ་བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སེམས་ཅན་བདེ་བ་  
 མཐོང་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་  
 ཀྱས་ཀྱི་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་ཐོབ་པས་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། སེམས་ཅན་སྤྱག་བཟུལ་བར་མཐོང་བའི་ཆོ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཙ་བ་རབ་དུ་ཐོབ་  
 ཉེ་སྤྱག་བཟུལ་ནི་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། ལྷུང་བཟེད་  
 གང་བ་མཐོང་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཆོས་དགར་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་  
 བསྐྱེད་དོ། ། ལྷུང་བཟེད་སྤྱོད་པ་མཐོང་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྱོདས་པར་  
 གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། ། ཁ་ཟས་ཟ་བའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་ལ་དགའ་བ་དང་རབ་དུ་དགའ་  
 བས་ཡོངས་སུ་རྒྱས་ཤིང་བསམ་གཏན་གྱི་ཟས་ཟ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་  
 བསྐྱེད་དོ། ། རྩ་འཁོག་པའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 འཕོག་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། མཆོད་རྟེན་མཐོང་བའི་ཆེ།  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱིས་མཆོད་པར་  
 འོས་ཤིང་མཆོད་རྟེན་ཉི་ལྔ་བྱུར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ། གཉིད་  
 སད་པའི་ཆེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུགས་བརྩུ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་མཐུ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ལ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། མདོར་ན་ལུས་ཀྱི་གཡོ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བར་ཡོངས་སུ་བསྟོལ། ། དེ་དག་  
 གིས་མཆོན་ནས་བྱ་བ་གང་དང་གང་བྱེད་ཀྱང་བྱམས་སྤྱང་རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ནས་  
 དམིགས་རྣམས་བྱང་པར་བ་རེ་བསམས་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་བྱང་  
 རྒྱལ་གྱི་སེམས་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་བསྐྱུར་ཅི་བྱུང་བྱ། ། འདི་དག་གི་ཚུལ་  
 ཞིབ་པར་ཕལ་པོ་ཆེས་མདོ་ཡི་སྦྱོད་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ལེའུ་ལས་ཤེས་  
 པར་བྱོལ། ། དེ་ལྟར་བྱས་མཆོམས་སུ་དྲན་ཤེས་ནར་མར་བསྟེན་ནས་  
 དབང་པོའི་སྒྲོ་སྒྲོམ་པ་སོགས་ལ་འབད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་  
 དབང་པོ་དུག་གི་ཡུལ་དུ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 འཕེལ་བའི་རྒྱུ་དུ་ཅི་འགྱུར་བྱེད་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་  
 འཕྱུལ་སྒྲུ་ན་མེད་པ་ཡིན་པས། སྤྱོང་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སྦྱོབ་  
 པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིབ་ལྟོལ་མན་ངག་ཇོ་པོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་  
 ལ་ཏི་ཤ་ཡབ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་བརྒྱུད་དུ་འོངས་པ་འདི་དག་མན་ངག་གི་མཆོག་དུ་  
 གཟུང་དོ། །



དེ་ལྟར་སྐྱོན་དང་སྐྱོན་མཆོམས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཡང་ཡང་སྐྱུངས་ལ། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་  
 ཉིད་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་སྐྱར་བྱངས་པའི་མདོ་བསྐྱོན་བཅོས་  
 ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་འདོན་ཞིང་། ལུས་ཀྱི་སྦྱོད་ལམ་  
 ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་ཐབས་སུ་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རོ་བོ་  
 ཆེན་པོ་ཡང་གསེར་གླིང་པའི་ཐུགས་དམ་མཆོད་ཉིན་དང་དབུ་གདུགས་  
 གཡས་ཐྱོགས་ན་ཡོད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཐྱོགས་ཞི་  
 སྒང་གི་རྒྱང་རྒྱ་བའི་ཙ་གཡས་ཐྱོགས་སུ་ཡོད་པས་སྐྱེ་བྱང་བྱང་གཡས་སུ་  
 ཐྱོགས་པའི་ཐུག་ལེན་ལྟར་ལམ་རིམ་སྤོགས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་གནང་དུས་སྒྲ་  
 མགོང་མ་རྣམས་བྱང་བྱང་གཡས་ཐྱོགས་སུ་འདུད་པའི་རྣམ་པར་མཛོད་པ་  
 ལྟར་རོ། ། མདོར་ན་སྦྱོད་སྤྱད་ཅི་བྱང་ཡང་མཐའ་དག་ལམ་དུ་བྱིར་  
 དགོས་ཏེ། ཁ་ཆེ་པ་ཆེན་གྱིས། ཁྱོ་ཕུ་ལོ་རྩ་བ་ལ། ལོ་རྩ་བ།  
 སྦྱོད་པོ་བྱང་ངམ། སྤྱད་པོ་མ་བྱང་ངམ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ། ལོ་རྩ་བས།  
 སྦྱོད་པོ་བྱང་ལགས། སྤྱད་པོ་མ་བྱང་ལགས་ཞེས་ཞུས་པར། པཎ་ཆེན་  
 གྱིས། སྦྱོད་ན་དགེ་བ་ཆོགས་སུ་བསྒྲོ། ། ཡན་བདེས་ན་མ་མཁའ་གང་  
 བར་ཤོག ། སྤྱད་ན་ཀུན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེལ་ཁུར། ། སྤྱད་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཆོ་  
 སྐྱེམ་པར་ཤོག ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་སྦྱོད་ན་དགེ་  
 བ་ཆོགས་སུ་བསྒྲོ། ། ཞེས་པ་ནི། དཔེར་མཆོན་ན། ད་ལྟར་ཅག་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཟས་རོ་ཞིམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ལོངས་སྦྱོད་པའི་ཆོ། རོ་ལ་སྦྱོད་པའི་  
 བསམ་པ་སྐྱངས་ནས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ལོངས་སྦྱོད་རྒྱ་བྱང་བ་སྒྲ་མའི་བཀའ་དྲིན་  
 དང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན་ཡིན་པས། བདག་ཉིད་ཁོ་ནས་ལོངས་མི་

སྒྲིང་པར་འདིས་མཚོན་པའི་བདེ་བ་མཐའ་དག་ལ་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐུན་མོང་དུ་ལངས་སྤྱད་དེ། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ཟག་མེད་ཀྱི་  
 བདུད་ཅིའི་རོས་ཚིམ་པར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་དུ་ཚོགས་སུ་བསྐྱོ་བ་དང་། རྩལ་  
 བ་ཀྱང་གྱི་རྩལ་བསྐྱལ་ཁུར། ། ཞེས་པ་ནི། རྩལ་བསྐྱལ་བྱུང་བའི་ཚེ།  
 མི་འདོད་པ་མེད་པར་འདོད་ཐོག་ཏུ་བྱེད་ནས་འདི་ཅམ་དུ་མ་བཟང་འགྲོ་བ་  
 ཀྱང་གྱི་རྩལ་བསྐྱལ་མཐའ་དག་བདག་ཉིད་གཅིག་པུའི་ཐོག་ཏུ་སྤྱང་ནས་དེ་  
 དག་གི་རྩལ་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་གྱུར་དུ་སྐྱེས་པར་ཐོག་ཅིག་སྟམ་དུ་སྒྲོན་ལམ་  
 འདེབས་པའོ། །

### གསུམ་པ། སེམས་དེ་སྐྱེས་པའི་ཆད་བཟུང་བ།

དེ་ལྟར་བདག་གཞན་མཉམ་པ་དང་། བརྗེ་བ་ལ་སྒྲོ་ཡང་ཡང་  
 སྤྱངས་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པའི་ཆད་ནི། རང་ཅག་རྣམས་  
 ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་རང་ཉིད་ཁོ་ན་གཅིས་པར་བཟུང་ནས་འགྲོ་བ་  
 གཞན་ལ་ཇི་མི་སྟམ་པར་གནས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་བསྒྲོག་སྟེ་སེམས་ཅན་  
 གཞན་ཁོ་ན་གཅིས་པར་བཟུང་ཞིང་རང་ཉིད་ལ་ཇི་མི་སྟམ་པའི་སྒྲོ་སྐྱེས་པའི་  
 ཚེ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་ལ་སྒྲོ་འཁྱེད་ས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་བདག་གི་  
 བདེ་དགེ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་ཕངས་མེད་དུ་བཏང་ཞིང་། གཞན་གྱི་  
 རྩལ་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་རང་སྤྱིང་དུ་ལེན་བྱས་པའི་སྒྲོ་སྐྱེས་པའི་ཚེ་བདག་  
 གཞན་བརྗེ་བ་ལ་སྒྲོ་འཁྱེད་ས་པ་ཡིན་ནོ། ། བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་སྒྲོ་  
 བྱས་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་འདི་ལ། དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་



སྒྲོ་སྒྲོང་གི་མིང་གིས་བཏགས་ཏེ་དོན་ཚན་བདུན་དུ་བསྐྱས་ནས་ཉམས་སྒྲུ་  
 ལེན་པར་གསུངས་པས། དོན་ཚན་བདུན་ནི། སྒྲོན་འགྲོ་རྟེན་གྱི་ཚོས་  
 བཞེན་པ། དངོས་གཞི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་གཉིས་སྒྲོང་བ། རྟེན་རྟན་  
 ལམ་དུ་བསྐྱར་བ། ཚེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་དྲིལ་ནས་བསྐྱར་བ། སྒྲོ་  
 འབྱོངས་པའི་ཚད། སྒྲོ་སྒྲོང་གི་དམ་ཚིག་ སྒྲོ་སྒྲོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་རྟེ་  
 བདུན་དུ་གསུངས་པའི་དོན་ཚན་གཞན་ཉམས་འདིར་ཡིག་མང་པས་འཇིག་  
 རས་མ་བཤོད་པས་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་དེ་དག་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
 སྒྲོབ་པ་གལ་ཆེན། ། དེ་ལྟར་གང་ཉམས་སྒྲུ་སྒྲོང་རྒྱུ་འཛི་ཚོས་དེ་ལ་ཐོས་པ་ལྟ་  
 ཐག་ཚེད་པ་ཞིག་མ་བྱས་པར་ཐམ་ཐོམ་དུ་ཞུགས་ན་ངེས་པ་གང་ཡང་མི་རྟོན་  
 པས། འབྲས་བུ་རི་བཞིན་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་ལ། ཐོག་མར་ཐོས་བསམ་  
 ལྟ་ཐག་ཚེད་པ་ཞིག་བྱས། དེ་ནས་བསྒྲམ་པ་ལ་འབད་ན་ལྟར་དུ་སྒྲེ་བས།  
 ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་གྱི་གོ་རིམ་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་རི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་  
 བྱེད་དགོས་སོ། ། དེ་ཡང་མདོ་སྟེའི་རྒྱན་ལས། གལ་ཏེ་ཐོས་པ་ཅམ་  
 གྱིས་དོན་མཐོང་འགྱུར་ན་སྒྲམ་པ་དོན་མེད་འགྱུར། གལ་ཏེ་མ་ཐོས་པར་  
 ཡང་སྒྲམ་འཇུག་འགྱུར་ན་བསྐྱར་པ་དོན་མེད་འགྱུར། ཞེས་ཐོས་པ་ཚུལ་  
 བཞིན་མ་བྱས་པར་སྒྲམ་པ་ཅམ་གྱིས་རྒྱད་ལ་མི་སྒྲེ་བ་དང་། མ་བསྒྲམས་  
 པར་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་རྒྱད་ལ་མི་སྒྲེ་བས་ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་ག་དགོས་  
 པར་གསུངས། སྒྱིར་ཚོས་གང་དང་གང་བྱེད་ཀྱང་ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་  
 ཚང་བ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་ཡ་བྲལ་དུ་མ་  
 སོང་བར་གཅིག་གྲགས་སྒྲུ་གཅིག་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས། དེའི་ནང་ནས་  
 ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་སྒྲེ་བ་དང་།

འཕེལ་བ་དང་། མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་གསུམ་ག་  
 ལ་ངེས་པར་འབད་དགོས་ཏེ། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐོག་མར་སྐྱེ་བ་ཡང་  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་མན་ངག་མཉན་ལ་ཐོས་པ་བྱ།  
 ཐོས་པའི་དོན་ལ་རང་གིས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་དཔྱད་  
 དེ་ངེས་པ་རྟེན་པར་བྱས་ནས། ཇི་ལྟར་ངེས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་ཡང་ཡང་  
 ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་བསྒྲུབ་སེམས་པས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 འདི་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཡང་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་གསུམ་ག་ལ་བརྟེས་ཏེ་  
 དང་པོར་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་དུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལས་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་མཉན་ཏེ་མང་དུ་ཐོས་པ་བཅུལ། ཐོས་པའི་དོན་ལ་  
 ཚུལ་བཞིན་བསམས་པས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། ཇི་ལྟར་ངེས་པའི་དོན་རྣམས་  
 གོམས་པར་བྱས་ནས་སྤེལ་བ་ཡིན་ནོ། ། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་མཐར་  
 ཕྱིན་པ་ལ་ཡང་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་གསུམ་ག་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་འདི་མཐར་ཕྱིན་པ་ལ་སལ་མ་ཐམས་ཅད་བཤོད་དགོས་ལ། དེ་  
 ཡང་དང་པོ་སྟུང་བའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་གསེར་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་  
 བཟུང་། མཐར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བར་དང་། ལམ་  
 ལ་སྐྱར་ན་དང་པོར་ཆོག་སལ་མ་ཚུང་དུ་ནས་བཟུང་། མཐར་སྒྲུབ་ལམ་ཀྱི་  
 མཐའི་དོན་ཇི་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་བར་སལ་མ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པ་དང་།  
 འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སྐྱ་དང་ཡེ་ཤེས་སོགས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 འགྲུབ་པ་ལ། དང་པོར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསམ་སྐྱོར་གཉིས་ཀྱིས་  
 ཚུལ་བཞིན་དུ་བརྟེན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སལ་མ་གྱི་མན་ངག་རྣམས་མཉན་  
 ནས་ཐོས་པ་བྱ། ཐོས་པའི་དོན་ལ་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། ཇི་ལྟར་ངེས་པའི་



དོན་ནམས་གོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་ཚང་  
 བར་མ་བྱས་པར་འདི་འདྲ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ནམས་འགྲུབ་པའི་  
 གནས་མེད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སོ་སོར་ཐར་པ་ལས། སྤྱི་རིའི་  
 བྱག་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཐོབ་  
 ནས་ཐོས་པ་མང་པོ་ལ་མངོན་པར་བཅོན་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 བདེན་པར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱོལ། ། སྤྱི་རིའི་བྱ། མིང་ཅམ་  
 གྱིས་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་  
 པར་འཆང་རྒྱ་བར་མི་རུས་ཀྱི། ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་གྱིས་སྒྲན་མེད་  
 པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་  
 བར་རུས་སོ། ། ཤེས་རབ་དེ་ཡང་གང་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནི་ན།  
 མང་དུ་ཐོས་པ་ལས་ཤེས་རབ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་རིའི་བྱ། དེ་ལྟ་བུས་  
 བསྐྱེད་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཤིང་བསྐྱེད་གྱིས་རིག་པར་བྱོལ། ། སྤྱི་རིའི་  
 བྱ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཐོས་པ་མང་པོ་ལ་མངོན་པར་མི་བཅོན་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདུད་རྣམས་ཅན་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་དང་། སྤེད་མེད་ཀྱི་བྱས་ཞུས་པར་ཡང་། འདི་སྐད་དུ། རིགས་  
 ཀྱི་བྱ། ཐོས་པ་དང་ལྡན་ན་ཤེས་རབ་སྐྱེ་པར་འགྱུར་རོ། ཤེས་རབ་དང་  
 ལྡན་ན་ཉོན་མོངས་པ་ནི་བར་འགྱུར་རོ། ། ཉོན་མོངས་པ་མེད་ན་བདུད་  
 གྱིས་ཀྱང་སྤྲུགས་མི་ཉིད་དོ། ། ཐོས་པ་དང་ལྡན་ན་རྟོག་པར་འགྱུར་རོ།  
 རྟོག་པ་ཡོད་ན་རྒྱལ་བ་ཞིན་དུ་ཆོས་ཡོངས་སུ་འཆོལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 རྒྱལ་བ་ཞིན་དུ་ཆོས་འཆོལ་བ་ལ་བཅོན་ན་བདུད་རྣམས་ཅན་གྱིས་སྤྲུགས་མི་  
 ཉིད་དོ། ། ཞེས་དང་། འདྲ་སྤྱང་གི་ལེའུར། ཆོས་སྒྲུབ་པ་ལ་གུས་དང་

བཅས་པ་ཡིས། ། ཟང་ཟིང་མེད་ཅིང་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་ལ། ། རེ་བ་  
 མེད་ཅིང་ཆོག་ས་བཅད་མི་སེམས་པར། ། ཇི་ལྟར་ཐོས་པའི་ཆོས་རྣམས་  
 གཞན་ལ་སྟོན། ། ཐོས་ལས་ཤེས་རབ་འབྱུང་བར་དེས་རིག་ནས། །  
 མགོ་ལ་འབར་བཞིན་ཏྱག་ཏུ་ཐོས་པ་འཆོལ། ། འདི་ནི་ཇི་ལྟར་ཐོས་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་འཛིན། ། ཆོས་བབྱང་ནས་ནི་ནན་ཏན་བྱ་ཕྱིར་གནས། །  
 མཁས་དེ་ནན་ཏན་སྟོང་པོར་བྱེད་པ་ཡིན། ། ཆོག་ལྟར་མི་ལེན་སྒྲ་བ་ལྟར་  
 མི་ལེན། ། མཁས་པས་ཆོས་བཞི་འདི་དག་བཞེན་བྱས་ན། ། རྒྱལ་བས་  
 བསྐྱུགས་པའི་ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ། ཞེས་དང་། སར་ཕྱིན་  
 བསྐྱུས་པ་ལས། ཐོས་ཏུང་དཔྱུས་ལོང་བསྒྲམ་པའི་ཚུལ་མི་ཤེས། ། དེ་  
 མེད་དེས་གོ་ཅི་ཞིག་བསམ་པར་བྱ། ། དེ་བས་ཐོས་ལ་བཙོན་བྱ་དེ་རྒྱལ་ལས།  
 བསམས་ཤིང་བསྒྲམས་པས་ཤེས་རབ་ཡངས་པ་འབྱུང་། ། ཞེས་དང་།  
 གྱེད་རྒྱུ་དཀའ་འགྲེལ་ལུ་ཏིག་བྱེད་བར། སྟོ་སྟོས་མེད་ལ་ཐོས་མེད་མ་  
 ཐོས་པ་ལ་འང་བསམ་པ་མེད། ། གཉིས་བྲལ་རྣལ་འབྱོར་མེད་ཅིང་རྣལ་  
 འབྱོར་བྲལ་ལ་དངོས་གྲུབ་མེད། ། ཅེས་དང་། རིམ་ལྡེའི་འགྲེལ་པ་  
 དོན་གསལ་ལས། ཐོས་པ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ཤེས་རབ་སྟེ། ། བསམ་  
 པ་དང་ནི་གཉིས་པོ་ཡོད་ལྟར་ན། ། སྟོན་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་སྦྱར་བ་ཡིན།  
 དེ་ལས་དངོས་གྲུབ་སྒྲ་ན་མེད་པའོ། ། སྟོ་དང་ལྡན་པས་འདི་ལྟར་  
 བསམས་ན་ནི། ། ཐོག་མར་ཐོས་པའི་དོན་ལ་འབད་པ་ཡིས། ། ཏྱག་ཏུ་  
 བཙོན་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ། ། དེ་ཡི་ལག་ཏུ་དངོས་གྲུབ་ལེགས་པར་  
 ཐོབ། ། གང་ཞིག་ཆོག་ལ་ཐེ་ཆོམ་བྱ་འགྱུར་བ། ། དེ་ཡིས་དོན་ནི་ཇི་  
 ལྟར་རྟོགས་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། བདག་



གཞན་མཉམ་བཞེད་ཀྱི་ཕྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ།    སྤང་བྲང་  
 པའི་ཞལ་ནས།    རང་བས་གཞན་གཅིས་ཀྱི་སྒོ་སྒྲུང་བ་ལ།    ཀྱུན་གྱི་འོག་  
 ཏུ་བསྐྱད་ནས་རྒྱལ་ཁ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་སྟེར།    སམ་ཁ་ཐམས་ཅད་  
 རང་གིས་ལེན་པ་ཞིག་དགོས་གསུང་བ་ལྟར་དང་།    སྦྱིད་ན་སྦྱིད་ཐེག་ནས་  
 ཆོས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་དུ་འཁྱེར།    སྤྱག་ན་སྤྱག་ཐེག་ནས་ཆོས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་  
 དུ་འཁྱེར་ཏེ།    ཁྱེན་བཟང་ངན་ཅི་ཕྱང་ཡང་ཆོས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་དུ་བསྒྱུར་  
 ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་སོ།    ། བདག་དང་གཞན་དུ་བཞེ་བ།    ། གསང་  
 བའི་དམ་པ་སྤྱད་པར་བྱ།    ། ཞེས་པ་ནི།    བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་  
 ཕྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ནི།    ཉན་རང་རྣམས་དང་།    ཕྱང་སེམས་  
 དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒོ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་བས་དེ་དག་ལ་གསང་བའི་  
 གནས་དམ་པ་ཡིན་ལ།    དེ་ལ་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྤྱད་པར་བྱའོ་ཞེས་པ་འོ།  
 བདག་དང་གཞན་ཉིད་བཟོས་པ་སྟེ།    ། སྐྱེས་ཀྱི་དོན་ནི།    བདག་དང་  
 གཞན་གཉིས་པན་རྒྱུན་བཟོས་ནས་གྲུབ་པ་སྟེ།    དཔེར་ན་རྒྱ་བོའི་ཕ་རོལ་  
 ཀྱི་དོགས་དང་།    རྒྱ་རོལ་གྱི་དོགས་ཇི་བཞིན་དུ་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པས་བརྒྱན་  
 པ་ཡིན་ལ།    དེའི་རྒྱལ་ནི།    ཕ་རོལ་གྱི་དོགས་དེ་རང་གི་ངོ་བོས་ཕ་རོལ་  
 ཏུ་གྲུབ་པ་མིན་ཏེ།    དེར་ཕྱིན་པ་ན་དེ་ལ་རྒྱ་རོལ་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར།  
 དེའི་ཆེ་རྒྱ་རོལ་ཏུ་འང་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་སྟེ།    ཕ་རོལ་གང་ལ་བཟོས་  
 བས་དེ་རྒྱ་རོལ་དུ་འགྱུར་བའི་བཟོས་གཞི་ཕ་རོལ་བདག་ཉིད་ཀྱང་རང་གི་ངོ་  
 བོས་མ་གྲུབ་ན།    ཕ་རོལ་གང་ལ་བཟོས་ཏེ་གཞན་རྒྱ་རོལ་ཏུ་རང་གི་ངོ་བོས་  
 གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།    ཞེས་པའི་དོན་ནོ།    ། འདིར་  
 བསྐྱབ་བརྟུས་ལས་ངོགས་དེ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱས་ན་བདེའོ།    ། རྒྱན་

དང་ཚོགས་པ་ཞེས་སྐད་ཀྱི་དོན་ནི། དཔེར་ན། རྒྱ་གཅིག་གི་རྒྱུ་ལྟ་  
 གཅིག་འགྲོ་བ་ལ་རྒྱུ་ལྟ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར། ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་ལྟ་བུ་མ་  
 གཅིག་རྒྱུ་ལྟ་གཅིག་བརྒྱད་ནས་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་ལ་རྒྱ་ནམ་རྒྱ་ཅེས་  
 དང་། མི་མང་པོ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་པ་ལ་ཚོགས་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
 བཞིན་དུ་མགོ་དང་རྒྱུ་ལྟ་སྐད་ཀྱི་ལྟ་སྐད་ཀྱི་ལྟ་སྐད་ཀྱི་ལྟ་སྐད་ཀྱི་ལྟ་  
 འདུས་པ་ལ་ཚོགས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ལྟར་རྒྱ་ནམ་རྒྱ་ཅེས་སྐད་ཅིག་ལྟ་བུ་  
 མང་པོ་ལ་བཏགས་པ་དང་། ཚོགས་པ་ནི་ཚོགས་པ་ཅན་མང་པོ་ལ་  
 བཏགས་པ་ཡིན་གྱི། རང་རྒྱ་བ་སྟེ་རང་དབང་དུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་མེད་ལ།  
 རང་གི་བདག་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཀྱང་ཚོགས་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་  
 ནས་འཛོག་དགོས་པས། བདག་དང་གཞན་གཉིས་པན་རྒྱ་བསྟོས་ནས་  
 བཞག་པ་ཅམ་མིན་པའི་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མེད་ཅེས་པའོ། །  
 བཅོངས་ཞེས་པ་ནི་བསྟོས་ཟིན་པ། ཞོ་ཤ་ནི་སྟོབས་སམ་རྒྱས་པ།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་བྱུང་བ། ། ཞེས་པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྟུག་  
 བསྟུལ་ལས་སྟོབ་པར་འདོད་པའི་སྒྲིང་རྒྱུ་ལྟ་བུ་དང་བྱུང་བ། ཞེས་པའི་  
 དོན་ནི། ། བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྒྱུ་ལྟ་བུ་མི་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་བོད་ཀྱིས་ཤེས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟེ་བའི་རྒྱ་བྱམས་སྒྲིང་  
 རྒྱུ་ལྟ་བུ་ལས་སྟོབ་པར་འདོད་པའི་སྒྲིང་རྒྱུ་ལྟ་བུ་མི་ཤེས་ཤིང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བོས་  
 བོད་ཀྱིས་ཤེས་པ་འདུག་ཅེས་མ་རངས་པའི་ཚོག་གསུངས་པ་ཡིན། མི་  
 ཐབས་ནི། གཉེན་སྒྲིང་ཐབས། རྟ་ཐབས་ནི། དག་འདུལ་ཐབས་ལ་  
 ཟེར་རོ། ། འདི་ལ་གྲངས་བཅོ་བརྒྱད་འདྲེན་མི་དགོས་ཀྱང་། མི་བྱ་བ་  
 མང་པོར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་མི་བྱེད་དག་བྱེད་དག་གཉིས་ལྟ་བུ་བཅོ་བརྒྱད་



བྱེད་པ་ཞིག་འདུག་ཅེས་གྲགས་པ་ལྟར་ཐབས་མང་པོ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་  
 ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྦྱང་རྒྱུ་ལ་གཉེན་ནི་སེམས་ཅན་ཡིན་ལ།  
 དེ་གངས་མང་བས་སྦྱང་ཐབས་ཀྱང་གངས་མང་ཞིང་། བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་མི་བྱེད་དག་བྱེད་དེ་མི་བྱ་བ་མེད་པའི་  
 དོན་ཡིན་ནོ། ། དག་འདུལ་ཐབས་གཅིག་ལས་མེད་པ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
 འདུལ་རྒྱུ་དག་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་གཅིག་པོ་ལས་མེད་པའི་གནད་ཀྱིས་  
 ཡིན་ནོ། ། བདག་གཅེས་འཛིན་ལ་བྱུར་བསྟན་པ་ནི། དེ་ལ་ཉེས་  
 དམིགས་སུ་བལྟས་ནས་གང་གཞོད་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་མཐིལ་  
 བསྟན་པ་ནི། དེ་མེན་ཏུ་གཅེས་པར་བབྱང་ནས་ཅི་ཕན་བྱེད་པའི་དོན་ནོ།  
 རྒྱང་མཉམ་འཇུག་ནི། རྫོགས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱང་དབྱ་མར་རྒྱད་པའོ།  
 ཐ་མལ་པ་ལ་ཉི་ལྟ་གཟུང་འཛིན་གྱི་དུས་སུ་འོང་བར་གསུངས། རྫོགས་ནི།  
 ཞེ་སའི་ཆོག་སྟེ་སེམས་ཅན་རྣམས་བཀྱར་བའི་ཞིང་དུ་འཛིན་དགོས་པའི་  
 དོན་ནོ། ། ཡལ་ལྟོད་དེ་ནི། དྲང་པོ་མི་བྱེད་པར་ཡལ་ཡལ་བྱེད་པའི་  
 དོན་ནོ། །

བཞི་པ། ཆོ་གས་བབྱང་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།

སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བབྱང་བའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། སྟོན་པ་  
 སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ། ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་  
 བ། ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཐབས་སོ། ། དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས།  
 དྲང་པོ་གང་ལས་སྤང་བའི་ཡུལ་ནི། སྟོན་སེམས་ལ་གནས་ཤིང་དེའི་

བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒོ་བ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དང་  
 ལྡན་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་མཁས་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དོན་དུ་  
 གསེལ་བ་གདབ་པ་ལ་སོགས་པའི་ངག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་འབྱུ་  
 འཛིན་རྒྱས་ཤིང་དོན་གོ་བར་རྒྱས་པ་ལས་སྤང་བར་བྱའོ། ། དེ་འདྲའི་སྒྲ་  
 མ་རྟེན་ན་ལེན་པ་དང་གསེབ་ཐམས་ཅད་དེའི་དུང་དུ་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་བུ་  
 མེད་ན་ རྒྱུ་ཐུབ་པ་སོགས་སྒྲིགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་ཕྱག་  
 མཆོད་སྐྱབས་འགྲོ་སོགས་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་དགོན་མཆོག་གི་དུང་དུ་སྤང་  
 རུང་བར་གསུངས་སོ། ། ཆོས་བརྒྱུ་པ་ནི། ཆོས་བརྒྱུ་པའི་མདོ་ལྗོངས།  
 ཆོས་བརྒྱུ་ནི། དད་པ་དང་ལྡན་པ། བན་ཏན་སྦྱིང་པར་བྱེད་པ།  
 རིགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདོད་པ། ཆོས་འདོད་  
 པ། ཆོས་ལ་ཉེ་བར་རྟོག་པར་བྱེད་པ། ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་  
 ལ་བྱགས་པ། ང་རྒྱལ་དང་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་དང་བྲལ་བ། དགོངས་ཏེ་  
 གསུངས་པ་རྟོག་པར་བྱ་བ་ལ་མཁས་པ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
 དང་ལྡན་པའི་ཐེག་པས་ཡོངས་སུ་ཐུ་ངན་ལས་འདའ་བར་མི་འདོད་བ་  
 རྣམས་སོ། །

གཉིས་པ་གང་གིས་ལེན་པའི་རྟེན་ནི། ལྟ་དང་ལྟུ་ལ་སོགས་པ་རྟེན་  
 དེ་ལ་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སེམས་སྦྱེར་རུང་ཐམས་ཅད་སྒྲོན་  
 སེམས་ལེན་པ་ཅམ་གྱི་རྟེན་དུ་རུང་ཡང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་དངོས་  
 ཀྱི་རྟེན་མཆོན་ཉིད་ཆང་བར་སང་བའི་སྒྲོན་སེམས་ཆོགས་འཛིན་པའི་རྟེན་  
 ལ་ནི། སྦྱོས་བུ་རྒྱུང་འབྱིང་དང་ཐུན་མོང་གི་བསམ་པ་དང་། མན་ངག་  
 རྒྱ་འབྲས་བདུན་ལ་སོགས་པ་ལ་ལེགས་པར་སྒྲོ་སྦྱངས་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་



སེམས་ལ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྲོད་བ་སྒྲིབ་ཀྱི་ལྟུང་ལ་སྒྲིབ་པ་ཡན་ཆད་ཅིག་དགོས་  
སྟེ། །

གསུམ་པ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཆོག་ལ་སྦྱར་དངོས་མཁུག་གསུམ་ལས།  
སྦྱར་བའི་ཆོག་ལ། བ་བྱང་ལྟ་ནི། བའི་ཞོ། འོ་མ། མར།  
ཟུ། རྩེ་བ་ལྟེ། ། བ་བྱང་སྦྱར་ཚུལ་ནི། བ་དམར་སེར་སྒྲན་སྦྱེ་  
བའི་སྤང་རི་གཙང་མར་འཆོར་བཅུག་སྟེ། ཞག་བདུན་སྤང་མཆོམས་སྦྱ་  
དེའི་ཚུད་པ་ལྟེ་བ་གཉིས་གཉོང་སྒྲུབ་སེམས་ལ་མ་ལྟར་བར་སྦྱོང་དུ་ལེན་པ་དང་།  
འོ་མ་ལས་མར་བྱས། འོ་ཞོ་ཚུད་པ་ལྟེ་བ་བཅས་དགོ་སྦྱང་ནམ་དག་གིས་  
གཙང་སྦྱ་ཐོན་པར་བྱས་ལ། དཔེར་ན་མར་ཉག་གང་བྱང་ན། ཞོ་དང་  
འོ་མ་ཉག་གསུམ་རེ་དང་། ཚུད་པ་ལྟེ་བ་ཁལ་རེ་བཅས་བཏང་ལ་དགྲུགས་  
བཞིན་དུ་སྒྲིལ་ནས་དུངས་སྒྲིགས་འབྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ་སྦྱང་དུ་ཚུ་ཐོན་པར་བྱ།  
འོག་རུ་ཆི་ཉག་འབྱེལ་བ་ཡང་མ་ཤོར་བར་བྱས་ལ། བར་དུ་ཆི་ལེགས་པར་  
ཆགས་པ་ལ་སྒྲན་སྦྱེ་བཏབ་སྟེ་སྦྱང་བའོ། ། བསྐྱང་རུལ་ནི། བར་ཆིང་  
སྟེ་སྒྲུབ་སེམས་འདིར་བ་བྱང་ལྟེ་ཞལ་བ་སྟེ་ཞལ་ཞལ་བྱེད་པའོ། ། བྱ་ཏི་འམ་  
པ་ཏི་ནི། སྒྲིགས་བམ་གྱི་སྒྲིང་དོད་དུ་སྒྲིག་ཞེས་པ་བྱར་ཆག་པའོ། །  
སྦྱོན་སེམས་ཆོགས་འཛིན་ཚུལ་འདི་ལ་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་མ་མང་པོ་  
ཞིག་གིས། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་དང་། དབྱུ་མ་པའི་ལྷགས་གཉིས་  
སྦྱ་སྦྱེ། དང་པོ་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྟེ་སྦྱོང་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱེས་སྦྱ་  
འབྲངས་ནས། འཕགས་པ་བྱམས་པའི་གསུང་སྦྱོབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་  
ལས་བཟུད་པ་སྦྱོབ་དཔོན་ཅུ་གོ་མེད་རྒྱེས་སྦྱ་འབྲངས་ནས་རྩོམ་པོ་རྒྱེ་ལ་  
སྦྱགས་པའི་བཀའ་གདམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་ལེན་དུ་མཛད་པ་དེ་ཡིན་ལ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དབུ་མ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ནི། མདོ་ལྟེ་སྤྲོད་པོ་བཀོད་པ་  
 དང་། ཉམ་མཁའི་སྤྲོད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། འཕགས་པ་འཇམ་  
 དཔལ་གཞིན་རྩུབ་ལྷུ་པའི་གསུང་། སྤྲོད་པོན་འཕགས་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་  
 སྤྲོད་པ་ལས་བྱུང་བ། སྤྲོད་པོན་ནི་བ་ལྷའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས།  
 སྤྲོད་པོན་རྗེ་ཉ་རི་དང་། རྩོམ་པུའུ་མྱེ་ལ་སྤྲོད་པ་ལས་བརྒྱུད་པ་ད་ལྷ་ས་  
 སྤྲོད་པ་སྤྲོད་པ་ལས་ཆེ་བས་ཕྱག་ལེན་དུ་མཛད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། ། འདི་  
 གཉིས་ལ་ལྷ་བའི་བྱུང་པར་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་པ་ལ་ཡང་བྱུང་པར་ཡོད་དེ།  
 དེ་ཡང་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་མི་འདྲ། ལེན་པའི་གང་ཟག་མི་འདྲ། སྤང་  
 བའི་ཆོག་མི་འདྲ། སྤངས་ནས་བསྐྱུང་ཚུལ་མི་འདྲ། ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་  
 ཚུལ་མི་འདྲའོ། ། དང་པོ་ནི། མགོན་པོ་བྱམས་པས། བཤེས་གཉིན་  
 དུལ་བ་ནི་བ་ཉེར་ནི་བ། ། ཞེས་སྤྲོད་པ་ལས་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་  
 དང་། སྤྲོད་པོན་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་  
 ཉན་མོངས་སེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཅན། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་ལྷན་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ལེན་པའི་གང་ཟག་མི་འདྲ་སྟེ། སེམས་ཅན་པའི་ལྷགས་ཐོགས་མེད་  
 གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རྩོམ་པུའུ་མྱེ་ལ་སྤྲོད་པ་ལས་བརྒྱུད་པ་ད་ལྷ་ས་  
 ལས་སེམས་ཐར་པ་རིས་བདུན་གང་རུང་རྒྱུད་ལ་ལྷན་དགོས། དབུ་མ་པས་ལྷ་  
 དང་ལྷ་མིན་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་  
 པའི་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་  
 གསུམ་པ་ལེན་པའི་ཆོག་མི་འདྲ་སྟེ། སྤྲོད་པོན་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སྤྲོད་པ་  
 པའི་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་ལྷུ་སྤྲོད་པ་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་ཕྱག་མཆོད་ཅན་ལས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཆོང་བར་མི་བྱེད།



ལྟ་བུ་ཅུང་ཟད་དམའ་བས་སྒྱུད་པ་འང་དོག་སྟེ་བསྐབ་པ་བརྗོད་པ་དང་། བར་  
 ཆད་དྲི་བ་སྟགས་མཛད་། དབུ་མ་བ་ལྟ་བ་མཐོ་བ་ལྟར་སྒྱུད་པ་ཡང་ས་པས་སོ་  
 ཐར་རིས་བདུན་གང་དང་ཡང་མི་ལྟན་པའི་སྟེག་ཅན་སྟགས་སུ་ཡིན་ལ་སྟེ་བའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་སྟེག་བཤགས་སྟགས་ཡན་ལག་བདུན་ཀ་མཛད་ལ།  
 བསྐབ་པ་བརྗོད་པ་དང་བར་ཆད་དྲི་བ་མི་མཛད་དོ། ། དངོས་གཞིའི་སྐབས་  
 སེམས་ཅམ་པས་སྟོན་སེམས་ལྟན་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བྱིས་འཇུག་སྟོན་ལེན།  
 དབུ་མ་བས་སྟོན་འཇུག་སྟབས་ཅིག་ཏུ་ལེན། མཇུག་གི་སྐབས་སུ་སེམས་ཅམ་  
 པས་མཁྱེན་གསལ་སྟགས་བྱེད། དབུ་མ་པས་རང་གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་  
 པར་མཛད། སྒྲངས་ནས་བསྐྱེད་ཚུལ་མི་འདྲ་སྟེ། སེམས་ཅམ་པས་ཅ་ལྟར་  
 བཞིར་བྱེད། དབུ་མ་པས་ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི་འམ་བཅུ་དགུར་བཞིད་པ་སྟགས་  
 བྱེད་པར་མང་པོ་ཡོད། བྱིར་བཙོས་ཚུལ་མི་འདྲ་སྟེ། སེམས་ཅམ་པས།  
 སྟོན་པ་སྐར་ཡང་སྒྲང་བར་བྱ། ། ཟག་པ་འབྲིང་ནི་གསུམ་ལ་བཤགས། །  
 ཞེས་སྟགས་ཉན་ཐོས་དང་བསྐྱེད་ནས་བྱེད་ལ། དབུ་མ་པས་ནམ་སྟོང་གི་མདོ་  
 ལྟར། བམ་མཁའི་སྟོང་པོ་ལ་གསལ་བ་གདབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་ཡིག་བརྒྱ་སྟགས་བསྐྱེད་པས་ལྟར་བ་འདག་པར་བཞིད་དེ། དེ་དག་ལ་  
 སྟགས་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་མང་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། ། ལྷགས་འདི་ནི་སྟོན་ཏུ་  
 ལེགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་ལྟག་མ་མ་  
 ལུས་པར་འཇིག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། ། དེ་ཡང་དང་པོ་མི་འཐད་དེ།  
 ལྟར་སྟེ་བྱི་གཉིས་པོ་ཆོག་མི་འདྲ་བ་ཅམ་དང་གཞུང་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་  
 བཤེས་གཉེན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཅུང་ཟད་རྒྱས་བསྐྱེད་ཅམ་མ་གཏོགས་དོན་གཅིག་  
 ཏུ་སྒྲང་བའི་བྱིར་རོ། ། ལེན་པའི་རྟོན་གྱི་བྱེད་པར་དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ།

ལམ་སྒྲོན་ལས་སོ་ཐར་རྟེན་དུ་དགོས་པར་གསུངས་པ་དེ། རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་  
 གྱིད་བང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པར་བཞིན་པ་ལ་ལྷགས་གཉིས་འདྲ་ཞིང་། བྱང་སྒྲོམ་  
 ཅམ་སྒྱེ་བའི་རྟེན་ལ་སོ་ཐར་མི་དགོས་པར་བཞིན་པ་འང་འདྲ་བས་ན། ལྷང་  
 དེས་མི་མ་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་དང་སྒྲིམ་སྒྲན་པའི་རྟེན་ལ་བྱང་སྒྲོམ་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྒྱེ་བ་མི་འགོག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ལེན་པའི་ཆོག་ལ། སྦྱར་བའི་ཁྱད་པར་  
 ཡང་མི་འཐད་དེ། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་ལ་འང་རྟེན་དེས་སྒྲིག་བཤགས་  
 སྒྲགས་བྱ་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྷ་བ་ཡངས་དོག་གིས་སྦྱོད་པ་ཡངས་དོག་  
 བྱང་བར་སྒྲུབ་ནི། སྦྱང་པ་ཉིད་དང་རྟེན་འབྲེལ་གཉིས་ཕན་ཚུན་ངེས་པ་  
 འདྲེན་པའི་གྲོགས་སུ་སང་ནས། ཇི་ཅམ་སྦྱང་པ་ཉིད་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་དེ་  
 ཅམ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བའི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་ལ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པ་དག་ཆེས་  
 ཞིབ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པས། ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་རྟོགས་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་  
 བོར་དེ་ཉིད་ཁོང་དུ་མ་ཚུད་པར། སྤང་དོར་ཞིབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ལྷ་བ་  
 མགོ་བའི་འབྲེལ་འབྲེལ་ཞིག་ཏུ་བབྱང་ཞིང་། སྦྱང་ཉིད་ལ་ངེས་པ་ལྟར་  
 སྦྱང་རྟེན་ན་ཚུ་འབྲས་ཁྱད་དུ་གསོད་པའི་ལྷ་གྲོགས་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ཉིད་འོངས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། གཞན་ཏུ་ན་ལྷ་བ་ཡངས་སུ་སང་གིན་སྦྱོད་པ་ཅིང་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་  
 གང་ཡིན་སྒྲིས་ཤིག དངོས་གཞིའི་ཁྱད་པར་ཡང་མི་འཐད་དེ། དབུ་མ་  
 པའི་ལྷགས་ལ་འང་སྒྲོན་འཇུག་གཉིས་སྟབས་ཅིག་ཏུ་ལེན་པ་ཁོན་མ་ངེས་པའི་  
 ཕྱིར། མཇུག་གི་ཁྱད་པར་སྒྲུབ་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་ཅམ་གྱིས་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་འཛོག་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། སྤངས་ནས་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་  
 ཁྱད་པར་ཡང་མི་འཐད་དེ། དབུ་མའི་ལྷགས་ལ་ཆ་ལྷང་བཅུ་དགུ་ཁས་ལེན་  
 ཞིང་། དེ་ཉིད་སྦྱོད་པ་ཡངས་པར་སྒྲུབ་དང་། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་ལ་



ཅ་ལྷུང་བཞི་ལས་མེད་པར་ཁས་ལེན་ཅིང་། དེ་ཉིད་སྤྱད་པ་དོག་པར་སྤྲེལ་བའི།  
 ཁས་སྤངས་ཤིན་ཏུ་འགལ་ཏེ། སྤང་བྱ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་སྤང་དགོས་པ་ནི་སྤྱད་  
 པ་ཡངས་པ་དང་། སྤང་བྱ་ཉུང་ཏུ་ཅི་མ་ཞིག་སྤངས་པས་ཆོག་པ་ནི། སྤྱད་  
 པ་དོག་པའི་ཞེས་ཤེས་རིག་དང་ལྡན་པ་སུ་ཞིག་སྤྲོ། གཞན་ཡང་། བྱང་ས་  
 རས་གསུངས་པའི་ཆོ་གས་སྤངས་པའི་བྱང་སྤྱོད་ལྡན་པའི་གང་ཟག་དེས།  
 བསྐྱབ་བཏུས་ནས་གསུངས་པའི་ཅ་ལྷུང་སྤང་དགོས་ཤིང་། སྤྱད་འཇུག་ནས་  
 གསུངས་པའི་ཆོ་གས་སྤངས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྡན་དེས་ཀྱང་བྱང་ས་ནས་  
 གསུངས་པའི་ཅ་ལྷུང་རྣམས་སྤང་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་དགོས་ཏེ།  
 གཞུང་དེ་གཉིས་ཀ་ནས་གསུངས་པའི་ཅ་ལྷུང་མཐའ་དག་ཅ་ལྷུང་མཆོན་ཉིད་པ་  
 དང་། གཞུང་དེ་གཉིས་ནས་བཤད་པའི་ཆོ་ག་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་སྤངས་པའི་  
 བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱང་བྱང་སྤྱོད་དང་ལྡན་པར་མཆུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་  
 དབུ་སེམས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་སྤྲེལ་བའི་མི་འཐད་ལ། རང་  
 ལུགས་ནི། སྤྱོད་དཔོན་བྱང་ཚུལ་བཟང་པོ་དང་། མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཨ་ཁུ་  
 ཀ་རས་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་བསྐྱེད་ནས་མཛད་པ་དང་། ལམ་སྤོབ་  
 གྱི་འབྲེལ་པར་ཡང་། རྩོམས་མཛད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་སྤྱོད་པའི་ཆོ་ག་ནི།  
 ལྷ་སྤྱོད་དང་། རྩོགས་མེད་དང་། ཞི་བ་ལྟའི་ལུགས་ཡིན་པར་གསུངས་པ་  
 ཉིད་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་ལྷ་སྤྱོད་དང་།  
 འཕགས་པ་རྩོགས་མེད་གཉིས་ཆོ་གའི་ཡན་ལག་འགའ་ཞིག་མི་འདྲ་བ་མ་  
 གཏོགས་པ་སྤྱོད་པ་འཕྱོང་པའི་ཆོ་ག་ལ་དོན་ལ་བྱུང་པར་མེད་དོ། ། དེ་ལ་སྤྱོད་  
 མ་པ་ལ་མོ་ཆེ་ལྷ་སྤྱོད་དང་། ཞེས་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལ། སྤྱོད་པ་ལ་མོ་ཆེ་དག་ན་  
 རེ། ལྷ་སྤྱོད་དང་ཞི་བ་ལྟ་ནས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ། འཕགས་

བ་ཐོགས་མེད་དང་། རྩོམ་ནས་བརྒྱད་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་པ་  
 ཅམ་བྱེད། དེ་ཡང་ཐིག་བཤགས་ལ་འགྱུད་དགོས་པས་ཡིད་མི་དགའ་ལ།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡིད་དགའ་སྤྲོད་པ་ལ་སྤྱོད་གོས་པས་སོ། ། ཞེས་སྒྲུ་  
 བ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། རྩོམ་ཀྱང་། ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་པ་འི་  
 ཆོག་ལ་སོགས་པ་བྱས་ལ་ཞེས་སོགས་སོངས་ནས་ཡན་ལག་ལྷག་མ་སྤྲོས་ལ།  
 སྤྲུམ་འཛིན་བའི་རིམ་པ་ལས། ཡན་ལག་བརྟན་ཀ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྤྲོད་ཏུ་བྱ་  
 བར་གསལ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྷ་སྤྱུབ་དང་ཞི་བ་ལྷ་ནས་བརྒྱད་  
 པའི་ཆོགས་སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པ་ལ་ཡང་ཐིག་བཤགས་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ།  
 ཐིག་བཤགས་ལ་འགྱུད་དགོས་པས་ཡིད་མི་དགའ་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཡིད་དགའ་སྤྲོད་པ་ལས་སྤྱོད་གོས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དེ་གཉིས་གང་  
 ནས་བརྒྱད་ཀྱང་འདྲ་བར། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགོན་མཆོག་  
 གསུམ་ལ་སྤྱུབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། ཡན་ལག་བརྟན་པ་ཆོང་བ་དང་། སྤར་  
 ཀྱི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེའི་དམིགས་པ་གསལ་བཏབ་ཅིང་སེམས་སྤྱུང་བ་ཏྲི།  
 སྤྱིར་བའི་ཆོས་གསུམ་ག་སྤྲོད་ཏུ་གཏང་དགོས་སོ། ། སྤྲོད་སེམས་ཆོགས་  
 བཟུང་ནས་སྤྲོད་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ལེགས་པར་སྤྲོབ་པ་དང་། བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་སྤྲོམ་པའི་རྟེན་ཏུ་འགྲོ་བའི་སྤྲོད་སེམས་ཆོགས་འཛིན་པ་ལ་ནི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཏུ་བདག་གིས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་  
 ཁས་སྤངས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི་སེམས་དེ་ལ་དམིགས་ནས་འདི་བདག་  
 གིས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་ཏུ་བཏང་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་ཡིད་ལ་དམ་འཆའ་ཞིང་།  
 སྤྲུམ་འཛིན་དགོན་མཆོག་གི་བྱང་ཏུ་ཁས་ལེན་པས་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྷ་  
 ནའང་སྤྲོད་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྤྲོབ་པར་མི་རུས་པའི་སྤྱོད་ཏུ་མ་ལ་ཡང་སྤྱིར་



བའི་ཆོས་དེ་དག་སྒྲིལ་དུ་བཏང་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་རྒྱུ་  
 སངས་རྒྱུས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་པ་ཙམ་ཞིག་བསྐྱེད་དུ་འཇུག་པ་ལ་མི་རུང་བ་མེད་  
 ཅིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཛིན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ།  
 དངོས་གཞིའི་ཆོག་ལ། ལྷ་ལྷུབ་དང་ཐོགས་མེད་ནས་བརྒྱད་པ་ལ་སྒྲུལ་པའི་ཆོ་  
 གམང་པོ་ལ་བྱར་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་བྱུང་པར་འདོད་པ་ནི་མ་གོ་བ་ཆེན་  
 པོའོ། ། ཞིས་པའི་དོན་ནི། སྤར་བས་པ་ཁ་ཅིག་ ལྷ་ལྷུབ་ནས་བརྒྱད་  
 པའི་སྒྲུལ་པའི་ཆོག་བཤད་པ་ཡན་ཆད་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ལ་བྱར་རུང་བ་དང་།  
 ཐོགས་མེད་ནས་བརྒྱད་པ་ལ་སྤར་བར་གྱི་རྟེན་ཅན་ཞིག་དགོས་པས་གདུལ་བྱ་མང་  
 པོ་ལ་བྱར་མི་རུང་བར་འདོད་པ་ནི། དོན་མ་གོ་བའི་ནོར་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིས་  
 པ་སྟེ། སྤར་བྱུགས་སྤར་བཀལ་ལན་དང་བཅས་པ་བཤད་ཐིན་པ་ལྟར་རོ། །  
 སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་བསྐྱལ་བར་བགྱི་ཞིས་སྤྲུགས་ཀྱི་དོན་ནི། ལྷུར་  
 བཏང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། འབྲས་བུ་བཞི་དང་སྤྱར་ན། ལྷུན་  
 བྱུགས་ཐོབ་ན་འཛིན་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལས་བཀལ་བ་དང་། ལྷུར་འོང་ཐོབ་ན་  
 འདོད་ཉན་པ་ལ་ཆེར་ལས་གྲོལ་བ་དང་། ལྷུར་མི་འོང་ཐོབ་ན་འདོད་ཉན་  
 ཐམས་ཅད་སྤངས་པས་དབུགས་ལྷན་པ་དང་། དགྲ་བཙམ་ཐོབ་ན་ལྷ་དན་  
 ལམས་གསུམ་པའི་ཉན་མོངས་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའོ། ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 དབང་དུ་བྱས་ན། ས་དང་པོ་ཐོབ་ན་འཛིན་རྟེན་ལས་བཀལ། བདུན་པ་  
 ཐོབ་ན་མཆོན་མའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ། དག་པ་སྤྲུགས་ཐོབ་པ་ན་མཆོན་མ་  
 མེད་ཅིང་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དབུགས་ལྷན། སངས་རྒྱུས་པ་ན་ལྷ་དན་གྱི་  
 གནས་སུ་གྱུར་པའི་སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའོ། ། སྐབས་སུ་བབ་པ་  
 ལྷུག་བསྐྱལ་གྱི་ཆུ་པོ་ལས་མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་དེ་ལས་བསྐྱལ་བ་དང་། ལྷུན་

འབྱུང་གི་འཆིང་བ་ལས་མགྲོལ་བ་རྣམས། དེ་ལས་གྲོལ་བར་བགྱི། བདག་  
 ལྷས་དབྱུགས་ < དབྱུགས > མ་ཕྱིན་པ་རྣམས། ལམ་གྱི་བདེན་པས་  
 དབྱུགས་ < དབྱུགས > དབྱུང་བ་དང་། རྣམ་ཉོག་གི་མྱ་ངན་ལས་མ་འདས་  
 པ་རྣམས་འགོག་པའི་བདེན་པས་མྱ་ངན་ལས་བསྐྱབ་བར་བགྱི་ཞེས་པའོ། །  
 ཡང་ན། བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་ཕྱིན་སོགས་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་འཆིང་  
 བ་ལས་མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་བདག་གིས་དེ་ལས་བསྐྱལ་བ་དང་། ཉོན་སྐྱབ་ལས་  
 གྲོལ་གྱང་ཤེས་སྐྱབ་ལས་མ་གྲོལ་བའི་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་རྣམས་བདག་གིས་  
 དེ་ལས་གྲོལ་བར་བགྱི། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་དབྱུགས་མ་ཕྱིན་པའི་ངན་སང་གསུམ་  
 གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་དག་ལས་དབྱུགས་དབྱུང་བར་  
 བྱ་ཞིང་། མདོར་ན་སེམས་ཅན་སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་ལས་མ་འདས་  
 པ་རྣམས་བདག་གིས་མྱ་ངན་ལས་བསྐྱབ་བར་བགྱི། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ།  
 མཆོག་གི་ཆོག་ནི། སྤྱབ་དཔོན་གྱིས་སྤོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་སྤོབ་མ་ལ་  
 བརྫོང་བར་བྱའོ། ། གཉིས་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་བའི་ཚུལ་ལ། དང་པོ་  
 སྤོན་སེམས་བསྐྱབ་བྱ་བརྒྱད་པོ་ནི། ། ཆོ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་  
 འཕེལ་ཐབས་བཞི། ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྟ་ཡོན་དུན་པ་དང་པོ་ཡིན། ། ཉོན་  
 མཆོན་ལན་དུག་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་པའོ། ། སེམས་ཅན་སྤོབ་མི་སྤྱང་བ་  
 གསུམ་པ་ཉི། ། བསྐྱེད་རྣམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་བསགས་བཞི་པའོ། ། སྤྱུག་  
 སེམས་བསྐྱེད་མི་འབྲལ་རྒྱ་བཞི་ལས། ། ཉམས་པར་བྱེད་པ་ནག་པོའི་ཆོས་  
 བཞི་ནི། ། སྤོན་གནས་དབྱུ་བསྐྱར་དགེ་བྱེད་འཁྱོད་དུ་གཞུག། ། བྱང་  
 སེམས་སྤོན་བརྫོང་གཡོ་སྤུ་བྱེད་པའོ། ། མི་ཉམས་བྱེད་པ་དཀར་པོའི་ཆོས་



བཞིན། ། རྩལ་སྤང་བསམ་པ་དྲང་དྲང་བྱང་སེམས་ལ། ། རྩལ་པའི་འདུ་  
 ཤེས་སྒྲིན་བྱ་ཐེག་ཆེན་འགྲོ་ད། ། ཞེས་པ་ལྟར་རོ། ། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་མི་ཉམས་པར་འཕེལ་བ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཡང་ཡང་དྲན་  
 དགོས། དེ་ལ་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་ན། གཞོན་པ་དང་བར་ཆད་གང་  
 གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ཅམ་  
 ཉིད་ནས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་ལྟར་དགོངས་ཤིང་། བཀའ་སྔོན་སྤྱང་མ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱེད་བ་དང་། བྱང་པར་གཞོན་སྒྲིན་ལག་ན་དོ་རྩེ་བརྒྱ་  
 སྒྲག་མང་པོས་རྟག་ཏུ་བསྐྱེད་བས། བྱང་སེམས་ལས་དང་པོ་བ་དེ་གཉིད་  
 ལོག་གམ། སྐྱེས་སམ། བག་མེད་པར་གྱུར་ན་ཡང་མི་མ་ཡིན་གཏུག་པ་ཅན་  
 སྐྱེས་ཀྱང་གཞོན་པ་བྱ་མི་རུས་པ་དང་། བྱང་སེམས་དེ་གང་ན་གནས་པ་དེར་  
 ཡང་ནད་ཡམས་དང་། ལུ་གེ་དང་། མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པའི་འཇིགས་པ་  
 ཆེར་མི་འབྱུང་ཞིང་། བྱང་ཡང་བྱང་སེམས་དེས་བསམས་པ་ཅམ་གྱིས་སྐྱུར་ཏུ་  
 ཞིབར་འགྱུར་བར་གསུངས། གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་ཕན་ཡོན་  
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཆུ་ལ་མདོ་སྡེ་བསྐྱེད་པ་བཟང་པོ་ལས། གང་གིས་བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་  
 རྩལ་ཆེད་པར། ། སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་བདེ་བ་བྱིན་པ་བས། ། ལ་ལས་བྱང་  
 ཆུབ་མཆོག་སེམས་གཅིག་བསྐྱེད་པ། ། དེ་ཡི་བསོད་ནམས་དཔེར་ཡང་བཟོད་  
 མི་འགྱུར། ། ཕྱགས་བརྒྱ་དག་ན་སེམས་ཅན་རི་སྟོད་པ། ། དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་རང་རྒྱལ་གྱུར་དེ་ལ། ། བདེ་བ་ཀྱན་གྱིས་བསྐྱེད་པར་བཀུར་བྱས་ཀྱང་།  
 འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཅམ་བསོད་ནམས་མེད། ། འཇིག་རྟེན་སེམས་ཅན་  
 ཀྱན་སངས་རྒྱས་གྱུར་ཏེ། ། དེ་དག་བསམ་པ་རི་བཞིན་བསྐྱེད་མཆོད་པས།  
 ལ་ལས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་སེམས་གཅིག་བསྐྱེད་པ། ། དེ་ཡི་བསོད་ནམས་

དཔེར་ཡང་བཟོད་མི་འགྱུར། ། གང་གིས་སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་བསྐྱུང་བའི་  
 ཕྱིར། ། ཆོག་བཞིའི་ཆོགས་བཅད་མི་ཡིས་གྲས་བྱེད་པས། ། ལ་ལས་བྱང་  
 རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར། ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དེ་འདྲ་  
 མེད། ། ཅེས་དང་། བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བྱང་སེམས་ལ་བསྐྱགས་པ་  
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མཛད་དེ། དགོན་བཅེགས་ལས། འད་ཐུང་། འདི་ལྟ་ལྟ།  
 དཔེར་ན་རྒྱ་བ་ཆོས་པ་ལ་ཕྱག་བྱ་བ་ལྟར་ཉ་བ་ལ་མ་ཡིན་ནོ། ། འད་ཐུང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་གང་དག་ལ་རབ་ཏུ་དད་པ་དེ་དག་གིས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ལ་ཕྱག་བྱའི། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ།  
 དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ལས་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་  
 རྣམས་འབྱུང་ངོ། ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ལས་ནི། ཉན་ཐོས་དང་རང་  
 སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ངོ། ། ཞེས་གསུངས། བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་གསེགས་པས་ཀྱང་གཡོག་བྱ་བར་གསུངས་ཏེ།  
 རིན་པོ་ཆེ་ཡུང་པོའི་མདོ་ལས། ཀྱན་དགའ་པོ། གལ་ཏེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔའ་ཤིང་རྟེན་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷན་ཅེ་དགའ་ཞིང་  
 དགའ་མགུར་སྦྱོང་པ་དེའི་ཤིང་རྟ་འདྲེན་པ་གཞན་མེད་ན། ཀྱན་དགའ་པོ།  
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེའི་ཤིང་རྟ་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་དབུ་ལ་ཡང་  
 བསྐྱར་རོ། ། གལ་ཏེ་གནས་བརྟན་མུ་རིའི་བུ་དང་མཱུ་འགལ་གྱི་བུ་རྣམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྒོ་གསུམ་ལ་བསྐྱལ་བའམ་བསྐྱལ་པ་ལས་ལྷག་པར་གནས་ཀྱང་། དེ་  
 ལ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རིམ་གྱི་དང་གཡོག་བྱ་བ་བཙུན་པར་མི་མཛད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་ཇོ་བོ་རྗེས་དུས་  
 ཉག་ཏུ། ངན་སང་ཐམས་ཅད་འཛིག་པ་དང་། སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་



གོལ་ཁིང་། ། རྫོགས་སངས་གོ་འཕང་སྤྱལ་མཛད་པ། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་གསུང་པར་མཛད་ཅེས་བཀའ་གདམས་པའི་གསུང་  
 སྒྲིམ་ལས་འབྱུང་། དག་བཤེས་སྒྱུག་རུམ་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་འདི་གཅིག་སྒྲེར་བརྟུབ་ན། ཆོགས་ཁོ་རང་གིས་གསོག་ སྒྲིབ་པ་ཁོ་  
 རང་གིས་སྦྱང་། བར་ཆད་ཀྱང་ཁོ་རང་གིས་སེལ་ཏེ། འདི་གཅིག་མེད་པར་  
 ཅ་ཆུང་དང་། ཐེག་ལེ་དང་། ལྷའི་སྤྱུང་དང་། སྤྱང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 བསྒྲུབས་ཀྱང་འདྲོད་སར་གོམ་པ་གང་བས་བྱེད་ཀྱང་མི་བྱེད་གསུང་ངོ་། ། དེ་  
 ལྟ་བུའི་སེམས་འདི་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་སྒྲེས་ཀྱང་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
 ཡོད་དེ། དག་བཤེས་བྱ་མཆད་ཀ་བས། སྤྱང་གནས་འབུམ་ཐེར་གཅིག་  
 གཏོང་བ་ལས་ཀྱང་འདི་འདྲའི་སེམས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་སྒྲེས་པ་ཕན་ཡོན་ཆེ་  
 བར་གསུངས་པ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་ཏེ། དམིགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་བྱིར་ཕན་ཡོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་ངེས་པར་འབྱུང་ཁིང་། དེ་  
 ཡང་། གོ་ཡུལ་ཡུངས་ཀར་དྲངས་པས་བསྐྱེད། ། ཅེས་པ་ལྟར། སྤྱང་  
 གསུམ་ཡུངས་ཀར་གྱིས་བཀའ་ནས། མར་ཕྱགས་ཀྱི་སྤྱང་གསུམ་རེ་རེར་  
 ཡུངས་ཀར་རེ་རེ་བཞག་པས་ཡུངས་ཀར་ཟད་ཀྱང་། མར་ཕྱགས་ཀྱི་སེམས་  
 ཅན་ལ་ཟད་པ་མེད་པ་ལྟར། ཕྱགས་གཞན་ཀྱན་ལའང་སྤྱར་བར་གསུངས་  
 པས་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་ལ། དེའི་བྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལའང་ཕན་ཡོན་  
 ཆད་མེད་དེ། དམིགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་དང་། དེ་རེ་རེའི་  
 སྒྱག་བསྒྲུལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསལ་བ་དང་། བདེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྒྲུབ་  
 པའི་བྱིར་དུ། ཐོབ་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་ཐོབ་པར་འདྲོད་  
 པས། དེ་དག་རེ་རེ་ལ་བསྟོས་པའི་ཕན་ཡོན་ཆད་མེད་པ་འབྱུང་བའི་བྱིར་ཏེ།

རིན་ཆེན་ཕྱེད་པ་ལས། ཇི་སྲིད་ཐམས་ཅད་འགའ་ཞིག་ཀྱང་། ། གང་དུ་མ་  
 གྲོལ་དེ་སྲིད་དུ། ། དེ་ཕྱིར་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡི། ། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱང་གནས་  
 ཀྱུར་ཅིག། ། དེ་སྐད་བཟོད་པའི་བསོད་ནམས་གང་། ། གལ་ཏེ་དེ་ནི་  
 གཟུགས་ཅན་གྱིས། ། གཞུའི་བྱེད་སྒྲུབ་ཀྱི་ནི། ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་སུ་འད་  
 མོང་མི་འགྱུར། ། དེ་ནི་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས། ། གཏན་ཆོག་གས་  
 དག་ཀྱང་འདི་ལ་སྤང་། ། སེམས་ཅན་ཁམས་ནི་ཆད་མེད་པ། ། སན་  
 འདོད་དེ་ནི་དེ་འདྲའོ། ། ཞེས་གསུངས། སྤྱིད་འཇུག་ལས་ཀྱང་།  
 སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་སྤྱད་ནད་ཅམ། ། བསལ་ལོ་སྒྲུབ་དུ་བསམས་ན་ཡང་།  
 སན་འདོགས་བསམ་པ་དང་ལྷན་ཏེ། ། བསོད་ནམས་དཔག་མེད་ལྷན་གྱུར་  
 བ། ། སེམས་ཅན་རེ་རེའི་མི་བདེ་བ། ། དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསལ་འདོད་  
 ཅིང་། ། རེ་རེ་འང་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་དུ། ། བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་སྒྲིམ་  
 ཅི་དགོས། ། སེམས་ཅན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 ཡོད། ། ལྷན་དང་དྲང་སྤང་ནམས་ཀྱང་རུང་། ། ཆོངས་པ་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་  
 དམ། ། གཞན་དག་རང་གི་དོན་དུ་ཡང་། ། མི་འབྱུང་སེམས་ཅན་དོན་  
 སེམས་གང་། ། སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་བྱུང་པར་འདི། ། ལྷན་མེད་པའི་མད་  
 ཅིག་འབྱུངས། ། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དགའ་བའི་རྒྱ། ། སེམས་ཅན་སྤྱད་པ་སྤྱལ་  
 ཕྱིར་གྱུར་པ། ། རིན་ཆེན་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་། ། དེ་ལ་ཇི་ལྟར་  
 གཞལ་གྱིས་ལང་། ། སན་པར་བསམས་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། ། སངས་རྒྱས་  
 མཆོད་ལས་བྱུང་འཕགས་ན། ། སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། ། བདེ་  
 དོན་བཙུན་པ་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། ། ཞེས་དང་། ། སན་བཏགས་ལན་ལན་གང་  
 ཡོན་པ། ། དེ་ཡང་རེ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་འོས་ན། ། མ་བཙོལ་ལེགས་པར་བྱེད་



པ་ཡི། ། ཕྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲིལ་ཅི་དགོས། ། འགྲོ་བ་ཅུང་ཟད་ནར་  
 མའི་ཟས་སྦྱར་བ། ། སྐད་ཅིག་ཟས་ཅམ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། ། བརྟམ་  
 བཅས་ཉིན་བྱེད་བཀྲངས་པར་བྱེད་པ་ཡང་། ། དགོ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་སྦྱོ་  
 བོས་བཀྱར། ། སེམས་ཅན་གྲངས་མཐའ་ཡས་ལ་དུས་རིང་དུ། ། བདེ་བར་  
 གསེགས་ཀྱི་བདེ་བ་སྤྲོད་ཅིང་། ། ཡིད་ལ་བསམ་པ་མཐའ་དག་རྫོགས་བྱེད་པ།  
 ཉུག་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལྟ་ཞིག་སྒྲིལ་ཅི་དགོས། ། ཞེས་དང་། གང་ལ་སེམས་ཀྱི་དམ་  
 པརིན་ཆེན་དེ། ། སྦྱོས་པ་དེ་ཡི་སྦྱུ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ཞིང་། ། གང་ལ་གཞོན་  
 པ་ཕྱས་ཀྱང་བདེ་འབྲེལ་བ། ། བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་དེ་ལ་སྦྱབས་སུ་མཆི།  
 ཞེས་གསུངས། རྫོགས་པ་དུ་བྱོན་ནས་ཀྱང་། དགོ་བ་སེམས་སྦྱོན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ལ་སེམས་བཟང་པོ་གྱིས། ཕྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་ཆོས་མང་པོ་མཉམ་པ་  
 དང་། བརྟམ་པ་དང་། བསམ་པ་དང་། བསྐྱམ་པ་དང་། བསྐྱེད་  
 རིམ་དང་། རྫོགས་རིམ་དང་། དབུ་མའི་ལྟ་བ་བསྐྱམ་པ་དང་། བཟླས་  
 བརྫོགས་ལ་སོགས་པ་གང་ཕྱས་ཀྱང་མན་ཅིང་། ཕྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་  
 པའི་དགོ་སྦྱར་དང་། ཕྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་གཞོན་པའི་དགོ་སྦྱར་ཐམས་ཅད་  
 བདུད་ཀྱི་ལས་ཡིན། ཕྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་ལུས་ངག་གི་དགོ་  
 སྦྱར་ལྟ་ལྟམ་ཐམས་ཅད་མ་རིག་པའི་རྒྱུ་གྱི་འདུ་བྱེད་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་འབྱུང་  
 དུ་ཆ་བ་ཡིན་གསུང་། ཡང་རྫོགས་ཕྱག་དར་སྦྱོན་པ་ལ་གུད་དུ་གསུངས་པ།  
 སྤྲམ་འི་གདམས་ངག་གསང་བས་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱོན་པ་ཉམས་དམས་  
 པའི་དུས་སུ་བཟླ་དགོས། བྱེད་སེམས་རབ་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་འདུག་པས། ངས་  
 རི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་དུ་གོ། རི་སྐད་ཟེར་བ་བཞིན་དུ་བྱེད། གཞན་  
 རྒྱལ་ས་ཀྱིས་བསྐྱོན་ཡང་མི་གོ། མ་གོ་བས་དེ་མ་ཡིན་པ་ཅིག་ལོགས་ན་ཡོད་སྟམ་

བསའོང་། བྱིད་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འབའ་ཞིག་སྒྲིམས་ཤིག་  
 གསུངས། རྩོམ་པ་ལྟེན་གྱི་གསུངས་པའི་ཆ་བྱང་ཅན་ཞིས་བྱ་བ་ཞིག་གིས།  
 རྣལ་འབྱུང་པ་ཞིག་ལ། ལྷུང་དུ་མངོན་པར་རྩོགས་པར་འཆང་བྱ་བར་འདོད་  
 པས་ཆོས་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བགྱི་ཞུས་པས། ལྷུང་དུ་མངོན་པར་རྩོགས་པར་  
 འཆང་བྱ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱང་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །  
 ཞིས་གསུངས་པ་ལ་ཁོང་ཡིད་མ་ཆོས་པས། རྣལ་འབྱུང་པའི་ཞལ་ནས།  
 བྱིའུ་གཙང་མ་ཞིག་བྱིད་ལ་ཤོག་གསུངས་ཏེ་རྣལ་འབྱུང་པ་དེས་རྗེ་བཙུན་མ་སྒྲིམ་  
 མའི་ཕྱ་ཕབ་ནས། རྗེ་བཙུན་མ་སྒྲིམ་མའི་སྤང་བ་འཆར་དུ་བཅུག་སྟེ། རྗེ་  
 བཙུན་མས་ལྷུང་དུ་མངོན་པར་རྩོགས་པར་འཆང་བྱ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་  
 ཀྱི་སེམས་སྤྱང་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ། ཞིས་གསུངས་པ་ལ་ཡང་ཁོ་ཡིད་མ་  
 ཆོས། དེ་ནས་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་། འཇམ་དཔལ་དང་།  
 ཕྱག་རྩོམ་པའི་ཕྱ་ཕབ་པ་ལ་ཡང་ཡིད་མ་ཆོས། དེ་ནས་རྣལ་བ་རིགས་ལྷན་  
 གཙུ་མཛད་པའི་ཕྱགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤང་བ་འཆར་དུ་  
 བཅུག་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགོན་གཙོག་ཏུ་གསུངས་པས་གདོད་ཡིད་ཆོས་  
 པ་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་ཟབ་མོ་ལ་ཡིད་ཆོས་པ་ལ་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
 གསོག་དགོས་པ་ཡིན། རྩོམ་པ་ལྟེན་གྱི་ཞལ་ནས། ངའི་སེམས་བཟང་པོ་དུ་མ་  
 ཅམ་འདི་སྤྲོ་མ་གསེར་སྒྲིང་པས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན། ངའི་བཀའ་  
 བརྒྱད་འདི་ལ་བྱིན་སྐྱབས་ཡོད་གྱིས། བྱིན་སྐྱབས་འབྱུང་། བྱིན་སྐྱབས་ཆེ་  
 ཡིས་ཞིས་དག་བཤེས་སྟོན་པའི་དུང་དུ་གསུང་སྐད། རྩོམ་པ་ལྟེན་གྱི་ཕྱགས་  
 དགོངས་ལ་ཡང་། དཀྱི་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཕྱགས་དམ་བསྐྱང་བ་དང་། སྤྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་



དང་། རང་གཞན་གྱི་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོག་པ་སྤྱོད་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ལས་ལྷག་པ་གཞན་མི་འདུག་པས། སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོན་པོ་ཡི་དམ་དུ་བཟུང་ལ་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱང་བ་ལས་མེད་དོ་སྟེ་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དགོངས་འབྱུངས་ནས།  
 དོན་གཞན་གྱི་རྒྱུ་ཕྱགས་ན། འོད་དཔག་དུ་མེད་པའི་ལྷ་ཁང་ཡོད་པ་དེའི་  
 བྱང་དུ་བྱམས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དམ་མཛད་ཅིང་བཞུགས་པའི་ཆོ། རོ་བོ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཆོན་པོའི་ཞལ་མཛོད་སྤྱོད་དུ་གཟིགས། སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོན་པོའི་ཞལ་ནས།  
 སྤྱོད་སྤྱོད་དམ་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ། ། བྱ་བ་བྱས་སོ། ། དུས་གསུམ་གྱི་  
 སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསང་བའི་མཛོད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་སོ།  
 འདི་ནས་བྱང་ཕྱགས་སྤྱང་འི་ཞིང་ཁམས་ཡོད། ལྷ་མོ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡང་དེ་ན་སེམས་  
 ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས། ཁྱོད་ཀྱི་གདུལ་བྱ་མང་པོ་ཡང་དེ་ན་ཡོད་  
 པས་བྱང་ཕྱགས་སུ་སངས་ཤིག་གསུངས་ནས་ལུང་བསྟན་ཏོ། ། དེ་ལྟར་  
 སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། རྣམ་འབྱུང་པོ་མོ་  
 དཔག་དུ་མེད་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ཐོབ་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དཔག་དུ་མེད་པས། བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གདམས་ངག་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་མཛད་ནས་གཞན་དོན་ལ་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་། ། གཞན་ཡང་མཁས་སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་ཆོས་སྤྱོད་གསུམ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྱི་  
 དོར་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་གདམས་པའི་མཐིལ་དུ་བཟུང་ནས་སྤྱོད་པ་  
 མེད་པར་སྤྱོད་འགོ་ལ་ཆོག་ཅམ་ཞིག་དུན་པར་བྱས་ཏེ། སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་  
 རབ་དུ་ཞི་ལྟའི་བསྟོན་བསྟོན་ཕྱགས་རེ་བ་ཅམ་རེ་འཕྲ། དེ་ལྟར་མིན་ན་གང་  
 ཡང་མི་རྟོག་ཅིང་ཅི་ཡང་མི་སེམས་པའི་དུ་ཤང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ནན་ཏན་དུ་འབད་པ་  
 ལྟ་བུ་ནི། ཐེག་པ་ཆོན་པོའི་ལམ་གྱི་ནམ་གཞག་ཕྱགས་མཐོང་ཅམ་ཡང་མ་  
 ཆགས་པ་ཡིན་པར་གསལ་ལ། ཀྱན་རྗེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་

བ་ཐོན་པ་ཞིག་སྒྲེབ་པའི་ཐབས་ནམ་པར་དག་པ་ལ་འབད་ནས་བཅས་མ་མ་ཡིན་  
 པའི་མྱེད་བ་ཞིག་སྒྲེས་ན། དེས་ཟིན་པའི་བྱ་རྒྱུ་ལ་ཟས་ལམ་གཅིག་ཅམ་བྱིན་  
 པ་ཡན་ཆད་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སྟ་  
 འགྲེལ། དེ་མེད་ན་སྟོང་གསུམ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་སྟེ་སྦྱོན་པ་དང་། སྒྲི་  
 གསུམ་ཉེས་སྦྱོད་མཐའ་དག་ལས་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་དང་། རང་གི་སྟོག་  
 གཅོད་བྱེད་པ་ལ་ཡང་མི་སྟོབ་པའི་བཟོད་པ་དང་། མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བ་བསྒྲུག་པ་  
 ཉམ་དག་བ་ལ་བཅོན་པ་དང་། འདྲི་པ་ལས་འདྲི་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་རྩ་  
 འཕྲུལ་དང་། མདོན་པར་ཤེས་པ་མཐའ་ཡས་པས་བརྒྱན་པའི་བསམ་གཏན་  
 དང་། གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་ཟབ་མོ་མདོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཡོངས་སྟོན་གསུམ་པའི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལ་  
 ལ་ཐུན་བཞིན་ཉིན་རེ་ཞིང་བསྒྲིམ་ཞིང་བྱེ་བ་ཤུག་བརྒྱར་གསང་སྟགས་ཟབ་མོའི་  
 བསྐྱེད་པ་སྦྱོར་པ་སྦྱོང་པར་བྱེད་པ་དང་། ཅ་རྒྱུད་དང་། ཐིག་ལའི་  
 རྣལ་འབྱུང་དང་། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསྒྲིམ་པ་སོགས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རི་སྤྱོད་དུ་ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅས་མ་མ་ཡིན་  
 པའི་མྱེད་བ་རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་པས་མཐུན་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་  
 ལ་སྦྱོབ་པའི་དོན་མེད་ཅིང་། སྟོགས་དང་ཡུལ་ནའང་མེད་དོ། ། ཞེས་དང་།  
 སྒྲེས་བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་ཐོག་མར་འདི་ཉིད་རྒྱུད་ལ་མ་སྒྲེས་པ་བསྒྲེད་པ་དང་།  
 སྒྲེས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའི། སེམས་རྟོགས་ན་འཆང་  
 ཟུ། གཞན་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་དགོས། ཞེས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱར་བ་  
 བཏབ་ནས། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སྟོག་རྩ་  
 གཅོད་པར་བྱེད་པའི་སྟོན་པོ་ལྷག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དག་གི་ཆོག་



རྗེས་འབྲངས་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་རྒྱལ་གྱིས་ཕྱགས་པར་མི་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེས་ན་སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལ་  
 འབད་དགོས་ཏེ། གསལ་རྒྱལ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། དེ་བས་ན་རྒྱལ་  
 པོ་ཆེན་པོ་ཁྱོད། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལ་འདུན་པ་དང་།  
 དད་པ་དང་། རོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། སྦྱོན་པ། འགྲོ་ཡང་རུང་།  
 འགྲོང་ཡང་རུང་། འདུག་ཀྱང་རུང་། ཉལ་ཡང་རུང་། སད་ཀྱང་རུང་།  
 ཟུང་ཡང་རུང་། འཁྱུང་ཡང་རུང་། ཏྲག་པར་རྒྱན་དུ་བྲན་པར་གྱིས་ལ་ཡིད་  
 ལ་བབྱང་སྟེ་སྦྱོམས་སྟེ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། འཁོར་ལོས་སྐྱར་  
 རྒྱལ་ལ་གཞོན་སྦྱོར་ལག་ན་དོ་རྗེ་སྟོང་གིས་སྤང་བར་བཤད་དོ། ། གསང་  
 རྒྱགས་དང་རིག་རྒྱགས་ཀྱི་ཆོག་ཅེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། སྦྱོར་རྒྱགས་ཀྱི་སྐྱོད་  
 དོད་མཆོད་ཞེས་པ་ཡིད་སྦྱོབ་པ་ལ་འདུག་ལ། དེ་ནི་འགྲོ་བ་ཀྱན་གྱི་ཡིད་སྦྱག་  
 བསྐྱལ་རྒྱུ་བཅས་ལས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ཡང་ཤེས་རབ་དང་།  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་མཆོངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ནི་སྟོང་པོ་དང་། ཤེས་རབ་དང་  
 སྟོང་རྗེ་མཆོངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ནི་གསང་རྒྱགས་དང་། ཤེས་རབ་དང་ཡི་  
 ཤེས་མཆོངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ནི་རིག་རྒྱགས་དང་། ཤེས་རབ་དང་བྲན་པ་  
 མཆོངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ནི་གཟུངས་རྒྱགས་དངོས་ཡིན་ལ། དེ་དག་  
 མཆོན་ཅིང་བྲན་པར་བྱེད་པ་དང་། སྦྱལ་བར་བྱེད་པའི་དོན་ཅན་དུ་བྱེན་གྱིས་  
 བསྐྱབས་པའི་རྒྱགས་ཀྱི་ཆོག་གི་ཆོགས་ནམས་ལ་རིམ་པ་ལྟར་སྟོང་པོ་སྟགས་ཀྱི་ཐ་  
 སྟོད་གསུངས། ཡམས་དང་གཞོན་པ་དང་ནད་འགོ་བཞི་བར་བྱེད་པ་གསང་  
 རྒྱགས་དང་རིག་རྒྱགས་སྟགས་སེམས་ཅན་གྱི་ལག་ན་འདུག་པ་སྟེ་ཉམས་སྦྱང་  
 བྱུང་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་དངོས་གྲུབ། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་དང་མི་ལྡན་པས་མ་

གུལ་པ་རྣམས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྷན་པ་འདིའི་ལག་རྒྱའོང་ནས་  
 འགྲུབ་པར་འགྱུར་ན། གཞན་གྱིས་གུལ་པའི་དངོས་གུལ་དག་འདི་ཡིས་  
 འགྲུབ་པ་ལྟ་ཅི་སྟེ། ཞེས་པའོ། ། འདིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་ན་  
 རྒྱལ་སྤྱི་དངོས་གུལ་རྣམས་ཀྱང་འགྲུབ་སྒྲ་བར་བསྟན་པའོ། ། ངན་སོང་དུ་  
 རྐྱེད་ཀྱང་བ་སྟགས་བཞི་ནི། ལྷན་བཤད་པ་ལྟར་རིགས་སད་པའི་ཕན་ཡོན་  
 བཞིའོ། ། སེམས་བརྒྱུད་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པའོ། ། གཞོ་ལ་ནི།  
 དྲི་འཛིན་ཞེས་པ་སྟེ། དྲི་གཙང་ཁང་གི་མིང་ཡིན་པས་ལྟ་ཁང་དང་དོན་གཅིག་  
 གྱུ་ །

དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་དང་བསྐྱེད་གཉིན་དཔང་དུ་བྱས་ཏེ།  
 ཞེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ལ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ལྷན་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྒྲས་དང་བཅས་པ་  
 དཔང་དུ་བཞག་སྟེ། སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད་ཞིང་ཕན་  
 བདེ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་པར་དམ་བཅས་ནས། དེའི་དོན་གང་ཡང་མ་བསྐྱེད་ས་  
 བ་རྒྱལ་བ་སྒྲས་དང་བཅས་པའི་སྤྱན་ལྷན་རྒྱུ་ཆེན་པོ་སྒྲས་པར་འགྱུར་བས་དེ་  
 དག་གི་སྤྱན་ལྷན་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡང་གཞོང་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོབ་པར་འདོད་པའང་  
 མིང་ཅུང་དུ་འགྱུར་ཞིང་། རང་ཉིད་མ་རབས་རྒྱུ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས།  
 བབཅོལ་བརྟམས་པ་གང་ཡིན་པའམ། ། གང་ཞིག་ལེགས་པར་མ་བརྟགས་  
 པ། ། དེ་ནི་དམ་བཅས་བྱས་གྱུར་ཀྱང་། ། བྱའམ་བརྒྱུད་ཞེས་བརྟག་པའི་  
 རིགས། ། སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་དེ་ཡི་སྒྲས། ། ཐེག་པ་ཆེན་པོས་གང་  
 བརྟགས་ཤིང་། ། བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བརྟག་བརྟག་པ། ། དེ་ལ་བསྐོས་  
 དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་ནས། ། ལས་ཀྱིས་སྤྱུབ་པ་མ་



བྱས་ན། ། སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ལ། ། བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་  
 འདྲར་འགྱུར། ། དངོས་པོ་ལས་པ་ཅུང་ཟད་ལའང། ། ཡིད་ཀྱིས་སྦྱོར་  
 པར་བསམས་བྱས་ནས། ། མི་གང་སྦྱོར་པར་མི་བྱེད་པ། ། དེ་ཡང་ཡི་  
 དྲགས་འགྱུར་གསུངས་ན། ། སྒྲན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ། ། བསམ་པ་ཐག་  
 པས་མགྲོན་གཉེར་ནས། ། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་བྱས་ན། ། བདེ་  
 འགྲོར་ཅི་གར་འགྲོ་འགྱུར་རམ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སྤར་  
 རྒྱལ་བསྐྱེད་བཅས་ཀྱི་སྦྱོར་སྤར་རི་ལྟར་ཁས་སྤངས་པ་རྣམས་དྲན་པར་བྱས་ལ།  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་པ་རྣམས་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་  
 པར་བྱ་སྟེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། རྒྱལ་བའི་སྐྱེས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུར། ། བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་རབ་བརྟན་བཟུང་ནས། ། གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་དུ་ཡང་།  
 བསྐྱེད་ལས་མི་འདའ་འབད་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སེམས་ཅན་གྲངས་མང་ཞིང་བྱེད་ངན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི། སྤར་སྦྱོར་རས་  
 གཟིགས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྲངས་མང་པར་གཟིགས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཉམས་  
 པའི་ཚུལ་བརྟན་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འཕགས་པ་སྦྱོར་རས་གཟིགས་  
 ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ངན་སོང་ནས་ལན་གསུམ་བཏོན་གྱང་སེམས་ཅན་ལ་  
 ཟད་པ་མེད་ནས་ཐུགས་ལྷག་ཡིད་ཆད་ནས། ཀྱི་མ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་  
 བསམ་ཀྱིས་མི་བྱབ་པར་གསུངས་པ་བདེན་པར་འདུག ངས་དེ་ཙམ་པའི་  
 སེམས་ཅན་བཏོན་གྱང་ཁྱེད་ཀྱི་མ་སོང་བས་འཁོར་བ་འདི་མི་སྤངས་པར་འདུག  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་འགྱུར་པར་འདུག རང་ཞི་བདེ་ཐོབ་པར་བྱས་ནས་སྦྱོ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་གནས་པར་བྱའོ་སྟེ་པ་དང་། སྤར་  
 ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དམ་བཅའ་ཉམས་ནས་དབྱེ་ཚུལ་པ་བརྒྱར་གས་སོ། ། དེ་

བས་ན་ཆ་མ་བཟོད་ནས་སྐད་ངན་བྱུང་སྟེ། གྱི་མ་རྟོ། སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐུགས་རྗེ་དང་ལྷན་པ། སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ། བདག་རང་གི་དོན་ནི་མ་བཤུགས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས་པས་མ་  
 ཐུབ་པས་ཐུག་བསྐུལ་ལོ། ། གྱི་ཏུད་ཅེས་བཤུམས་པས། སངས་རྒྱས་འོད་  
 དཔག་མེད་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་དབུ་ཆལ་པ་རྣམས་བསྐུས་ནས་ཞལ་བཅུ་  
 གཅིག་ཏུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འཁོར་བ་མ་སྤོངས་གྱི་  
 བར་ཏུ་གྱིས་ཤིག ཅེས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་འཕགས་པས་  
 སེམས་ཅན་སྤྱིར་རྗེ་བར་གཟིགས་ནས་སྤྱན་ཆབ་ཤོར་བ་ལ། སྤྱན་ཆབ་གཡས་  
 པ་ལས་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མ་དང་། སྤྱན་ཆབ་གཡོན་པ་ལས་ལྷ་མོ་ཁྱོ་གཉེར་ཅན་བྱོན་  
 བོ། ། སྒྲོལ་མའི་ཞལ་ནས། རིགས་གྱི་བྱ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་  
 བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྤྱོད་ས་ཤིག་གསུང་ངོ། ། ལྷ་མོ་ཁྱོ་གཉེར་ཅན་མའི་ཞལ་  
 ནས། རིགས་གྱི་བྱ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་ཐུགས་གཡེལ་བར་མ་  
 མཛོད་ཅིག ཁོ་མོ་ཅག་གཉིས་གྱིས་ཀྱང་རིགས་གྱི་བྱ་བྱོད་གྱི་ཐོགས་བྱའོ་  
 གསུངས་ནས་སྤར་སྤྱན་གཡས་གཡོན་ཏུ་ཐིམ་པར་གྱུར་ཏེ། ཞེས་ཆོས་རྒྱལ་  
 བཀའ་འབུམ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། ། སེམས་ཅན་བྱེད་ངན་པ་ལ་བརྟེན་  
 བས་སེམས་གཏོང་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་གསེར་མདོག་གི་སྒྲིམ་རབས་ལས། བྱང་  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་བརྒྱུད་པ་སྤྱོད་པ་ཞིག་གིས། བྱས་མ་ལ་ལོག་པར་  
 གཡེམ་པ་གཟིགས་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བཏང་མ་ཐག་ཏུ་བྱང་སེམས་དེ་རང་  
 རྒྱལ་ཏུ་གྱུར་པར་གསུངས་པ་དང་། སེམས་ཅན་མགྱུ་དཀའ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 སེམས་བསྐྱེད་གཏོང་བ་ནི། འཕགས་པ་སྤྱིའི་བུ་སྤྱོད་རྒྱལ་པོ་སྒྲོལ་མ་ཏུ་གྱུར་  
 ཆོ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་སྒྲོབ་པ་ན། སངས་རྒྱས་སྤྱིར་ཐུག་



བརྩུ་ལ་བསྐྱེན་བཀྱར་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་ཆོ། བདུད་སྒྲིག་  
 ཅན་བྱམ་ཟེར་སྤྱལ་ནས་ལག་པ་གཡས་པ་བསྐྱངས་པ་ན། གཡས་པ་བཅད་  
 རས་གཡོན་པས་བྱིན་པ་ལ་མ་མགུ་ནས། གཡོན་པ་མི་གཙང་བས་བྱིན་པ་མི་  
 ལེན་ཞེས་ཁྱོས་ནས་བསྐྱར་བ་ལ་སྐྱོན་སེམས་ཅན་མགུ་བར་བྱེད་མི་རུས་སོ་སྟམ་  
 རས་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་བཏང་བས་ཐེག་དམན་དུ་ལྷང་བར་བཤད་པ་ལྟར་རོ།  
 རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱལ་སེམས་ཅན་གྲངས་མང་བ་ཙམ་གྱིས་སེམས་སྐྱོབ་པ་མི་རིགས་ཏེ།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་སྦྱོང་པ་ལ་སྦྱོབ་པ་  
 ཡིན་པས། སེམས་ཅན་མང་བ་ཙམ་གྱིས་ཆོགས་ཚོགས་པ་ལྟར་བའི་བྱིར་དང་།  
 འཕགས་པ་སྐྱོན་རས་གཟིགས་གྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་སྦྱོལ་  
 མ་དང་ཁྱོ་གཉེར་ཅན་སྤྱལ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པར་གསུངས་པ་ལྟར།  
 རང་ཉིད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པར་སྤྱལ་ཏེ་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་ན་སངས་རྒྱས་རེ་རེས་སེམས་ཅན་རེ་རེ་སྦྱོལ་རུས་པའི་  
 བྱིར་སྟམ་དུ་བསམས་ནས་སྒོ་སྦྱོབས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། ། གཞན་ཡང་།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་རྣམས་གྱིས། སེམས་ཅན་བྱེད་ངན་པ་དང་།  
 མགུ་དཀའ་བས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་མི་རུས་སྟམ་དུ་སྐྱོབ་བྱེད་མི་རིགས་ཏེ།  
 སྤྱར་སེམས་བསྐྱེད་དུས་རང་བཞིན་བཟང་བ་དང་སྦྱོང་ཚུལ་ལགས་པའི་དབང་  
 གིས་སེམས་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར། བསམ་རྒྱ་ཉོན་མོངས་དང་། བྱེད་རྒྱ་  
 སྒྲིག་ལྟར་གསོག་པ་ལས་མེད་པར་སྤང་དོར་གོ་ལག་དུ་སྦྱོང་པའི་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཚུལ་མ་བཟོད་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས། རང་  
 བཞིན་དང་སྦྱོང་ཚུལ་ངན་པའི་སེམས་ཅན་ཇི་ཙམ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྦྱིང་  
 སྦྱོབས་སྤྱག་པར་བསྐྱེད་པ་གནད་གྱི་དོན་དུ་གཟུང་བར་བྱའོ། ། གལ་ཏེ་

བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ། ཞེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བར་དཀར་  
 བོ་དགེ་བའི་ལས་ལམ་བརྩུ་ལ་བྱུང་ཀྱང་རང་རྒྱལ་དང་། ཉན་ཐོས་དག་བཙོམ་  
 ཉིད་ལ་ཐོབ་འདོད་བསྐྱེད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དོར་ན། དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྒྱུན་བྱང་ཞིང་། དེའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པ་ཡིན་  
 ལ། ཐེག་དམན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་ཕས་ཕམ་པ་སྟེ་སྔ་ཐར་གྱི་ཕམ་པ་  
 ལས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ནི། ། དེ་ཡང་ཕས་ཕམ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ནི། སེམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིམ་  
 བར་བྱེད་པས་ན་ཕས་ཕམ་པའོ། ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིམ་  
 སེམས་ནི། རང་གཅིག་ཕུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་འགོག་པའོ། །  
 གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེས་གཟུགས་སྒྲི་བྱི་རྩ་རེག་བྱའི་འདོད་ཡོན་ལྷ་ལ་འཛོམ་མེད་དུ་  
 བྱུང་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྐུབས་  
 ལུ་སོང་སྟེ། གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འགྲུབ་པར་བྱའོ་སྟེ་དུ་  
 ཀུན་མཁུན་ཐོབ་འདོད་ཡིད་ལ་བྱེད་ན། མཁས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 དེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལ་གནས་པར་རིག་པར་བྱའོ། ། ཞེས་པའི་  
 དོན་ནི། ། ཅིག་ནི་རི་ལྟར་རམ་ཅི་འདྲ་ཞེས་བརྟག་པར་བྱ་བའི་དོན་ནི། །  
 ཉིད་རག་མ་ནི། ཉིད་སྤྱོད་པའམ་མཁུགས་པ། ལུང་བསྟན་མ་ཐོབ་ཅིས་  
 སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། སྤྱོད་པའི་ལུང་ལ་ལུང་བསྟན་མ་ཐོབ་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་ཞིག་གིས་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ལ་  
 སེམས་ཀྱིས་ཁྲིམས་ཏེ་རག་གིས་ཚུད་པ་ཚུམ་པར་བྱེད་ན། ཐ་བ་སྟེ་བྱུང་གྱིང་  
 བའི་སྒྱུན་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཅིག་གི་གངས་ཇི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་ཀྱི་བསྐྱལ་



ཕར་གཞིན་ས་ལམ་ལ་གོ་ཆ་བཤོད་གོས་སོ། ། ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ། དེ་ཡང་  
 ཐབ་ནི་རྒྱུད་རེངས་པ་འཕ་རྒྱུད་ཀྱི་དབ་སྟེ། ཀྱན་བརྟུས་ལས་ཆགས་སྤང་གཏི་  
 ལུག་གི་ཐབ་གསུམ་གསུངས་ཀྱང་། འདིར་ནི་ཁོང་སྟོའི་ཐབ་པ་འོ། ། གཞི་  
 ན་ས་གོ་ཆ་བཤོད་གོས་པ་ནི། དཔེར་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ནས་  
 ལྷུང་པོར་སྦྱར་ལམ་དུ་འཕོ་ཐུབ་པ་ཞིག་གིས། ལྷུང་བསྟན་ཐོབ་པ་ལ་སྟོས་ན།  
 སྟོ་སེམས་ཀྱི་གྲངས་དེ་སྟོད་ཀྱི་བསྐྱལ་ཕར་སྦྱར་ལམ་དུ་འཕོ་མི་རུས་པར་གཞིན་ས་  
 ལམ་ལ་སྟོབ་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ། ། སེམས་འདི་བཟང་བ་མིན་སྟུང་སོགས་ཀྱི་  
 དོན་ནོ། ། ཁོང་སྟོའི་སེམས་འདི་ནི་བཟང་བ་མིན་ནོ་སྟུང་དུ་བྱན་པ་སྟོད་ཕར་  
 བྱེད་ཅིང་། ཁོང་སྟོ་བྱང་ནའང་དེ་མ་ཐག་སོ་སོར་འཆགས་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 བྱིས་ཀྱང་མི་བྱེད་སྟུང་དུ་སྟོམ་སེམས་བསྟོད་ཕར་བྱེད་ལ་ཁོང་སྟོ་བ་ལ་དགའ་བར་  
 མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་འདི་ལ་སྟོབ་ཕར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་  
 པའི་དོན་ནོ། ། མི་མཐུན་ཕྱགས་ཀྱི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནོ། ། བྱམས་སྟོང་རྩེ་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་ལ་མི་མཐུན་ཕྱགས་ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་མེད་  
 ན་སེམས་ལ་བྱམས་སྟོང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་  
 དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་འགྱུར། ཞེས་པའོ། ། གང་ཕྱིར་རིགས་མཐུན་  
 སོགས་ཀྱི་དོན་ནོ། ། རྒྱུ་ཚུན་གང་གི་ཕྱིར་རིགས་མཐུན་སྤུམ་འཕྲི་ས་ཐོན་ལས་ནི་  
 འཕེལ་བ་ཅན་གྱི་བརྟེན་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སོགས་པའི་སྟོ་དེ་དག་  
 ཡང་ཡང་གོམས་པར་གྱུར་ན་ཆོད་ཅན་དུ་གང་ན་གནས་ཏེ་མི་གནས་པར་གོང་  
 ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། ། ཞེས་པའོ། ། རྒྱལ་བ་ཡེ་འབྱུང་  
 སོགས་ཀྱི་དོན། འཕེན་ཡུལ་རྒྱལ་དུ་སྟོས་པའི་རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་  
 ཟེར་བས། མི་ཞིག་རྣམས་མངགས་འདོད་དེ། སྟོན་དུ་དེ་ལས་ཐག་རིང་

བ་སྟོང་ལུངས་སུ་མངགས་པ་ན།      དེར་ཐག་རིང་བས་མི་འགོ་ཟེར་བ་ན།  
 འོན་རག་མར་འགོ་དགོས་ཞེས་མངགས་པས་ཅི་བདེར་ཁས་ལེན་དུ་བརྟུག་པ་ལྟ་  
 བུ་ནི་ནག་ཆོས་འདིའི་དཔེའོ།      ། བྱད་བྱད་ནི།      རྩུང་རྩུང་དོ།      ། མ་ཕྱུང་  
 བ་ནི།      གནོད་པ་བྱེད་པ།      ཉི་ཆོ་བའི་ཐེག་པ་ནི།      ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་  
 ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཚུལ་ལ་ཆོས་བདུན་པ་ཞེས་པའི་ཆོས་བདུན་ནི།  
 འདོད་པ་ལ་བརྟེན་པར་མི་བྱེད་པ་དང་།      མི་དགོ་བའི་བསེས་གཉེན་བརྟེན་  
 པར་མི་བྱེད་པ་དང་།      བྱ་དང་འདྲ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་  
 པར་བྱ་བ་དང་།      ང་རྒྱལ་དང་ངར་འཛིན་པ་མེད་པར་བྱ་བ་དང་།      རྟོང་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྟན་པོ་དང་ལྡན་པར་བྱ་བ་དང་།      འཁོར་བ་ལ་  
 མངོན་པར་དགའ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་།      རྒྱ་འབྲས་ལ་སྦྱར་བ་གདབ་  
 པར་མི་བྱ་བ་སྟེ་བདུན་ནོ།      ། དེ་ལྟར་སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བ་སྟུ་ན།      རྟོན་  
 འཇུག་ལས།      ཡོང་བས་ཕྱག་དར་ཕྱུང་པོ་ལས།      ། ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་  
 ལྟར།      ། དེ་བཞིན་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་ནས།      ། བྱང་རྩུབ་སེམས་འདི་བདག་  
 ལ་སྟེས།      ། ཅས་གསུངས་པ་ལྟར།      དབུལ་པོ་ཡོང་བས་མི་གཙང་བའི་ཕྱག་  
 དར་གྱི་ཕྱང་པོའི་ཁྲོད་ནས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལྗོངས་བུ་རྟེན་པ་ལྟར།      བྱང་རྩུབ་གྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རང་རྒྱད་ལ་སྟེས་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཆར་བའི་གནས་སུ་བབྱང་  
 བ་ན།      བདག་གིས་ལུས་སྟོག་ལན་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མར་བཏང་དགོས་ཀྱང་བྱང་  
 རྩུབ་གྱི་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་གཏང་བར་མི་བྱའོ་སྟུ་དུ་ཡང་ཡང་ཞེ་དམ་ཤུགས་  
 དྲག་བྱས་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྒྱས་པར་བྱ།      སེམས་བསྐྱེད་མི་  
 ཉམས་པར་སྟེལ་བའི་ཕྱིར་ཉིན་མཆོན་དུས་དུག་ཏུ་ཆོག་རྒྱས་བསྐྱས་ཅི་རིགས་ཀྱི་  
 སྟོན་གསུང་བར་བྱ།      སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་ལྟག་བསྐྱབ་བྱས་པའི་



རྒྱུན་གྱིས་དུས་ནམ་ཡང་འདི་འདྲི་དོན་མི་བྱའོ་སྟེ་ལ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་ན་དགག་ཅི་བྱུང་  
 བྱ། རྒྱུན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་འཕེལ་བའི་བྱེད་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་དགོ་བ་བསགས་པ་ལ་  
 བཅོན་པར་བྱའོ། ། རྒྱག་ཆོས་བཞི་ནི། རྒྱུན་གྱིས་སྒྲིམ་དང་མཁན་སྒྲིབ་  
 སྒྲིགས་གྱི་དབུ་སྒྲིར་བ་དང་། གཞན་དགོ་བ་བྱེད་པ་ལ་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་བ་  
 དང་། ཐེག་ཆེན་ལ་ཞུགས་པའི་བྱང་སེམས་ལ་ཞེ་སྒྲིང་གིས་མི་སྟོན་པ་བཟོ་ད་  
 པ་དང་། ལྷག་བསམ་མིན་པའི་གཡོ་སྒྱུ་བྱེད་པ་སྒྲིགས་སེམས་བསྐྱེད་ཉམས་  
 པའི་རྒྱ་བཞི་སྒྲིང་བ་དང་། དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་ནི། ཤེས་བཞིན་དུ་རྒྱུན་  
 སྒྲིབ་སྒྲིངས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་གཡོ་སྒྱུ་མེད་པའི་བསམ་པ་དྲང་པོས་  
 གནས་པ་དང་། བྱང་སེམས་ནམས་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ཅིང་དོན་  
 གནས་གྱི་བསྒྲགས་པ་བཟོ་ད་པ་དང་། རང་གིས་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་སེམས་ཅན་  
 ལ་རྒྱུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འཛིན་དུ་འཇུག་པ་སྟེ་དཀར་ཆོས་བཞི་བཟོན་པ་ལ་  
 བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། ། དཀར་ནག་གི་ཆོས་འདི་དག་གི་གོ་རིམ་ནི་འོད་སྒྲུང་གིས་  
 ཞུས་པའི་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་རྟེ། རྒྱག་ཆོས་བཞི་པའི་གཉེན་པོ་དཀར་  
 ཆོས་གཉིས་པ་དང་། རྒྱག་ཆོས་གཉིས་པའི་གཉེན་པོ་དཀར་ཆོས་བཞི་པ་སྒྱུར་  
 རོ། ། དེ་ནམས་སེམས་བསྐྱེད་ཉམས་པ་དང་གཏོང་བའི་རྒྱར་འགྱུར་ཆུལ་ལ།  
 སྟོན་སེམས་བཏང་བ་དང་། སེམས་ཅན་སྒྲིས་སྒྲིང་མ་གཏོགས་པའི་བསྒྲུབ་བྱ་  
 དེ་དག་དང་འགལ་བ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་གཏོང་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་སྟེན་  
 འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོགས་མ་བཟུང་གི་བར་དུ་བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲིམ་པ་དང་མི་  
 ལྷན་པས། སྒྲིམ་པ་དང་འགལ་བའི་ལྷུང་བ་མེད་ཀྱང་། བར་མ་དགོ་བར་  
 ཁས་སྒྲིངས་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་ཡིན་པས་སྟོབས་བཞིས་  
 བཤགས་པ་བྱ་དགོས་ལ། བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲིམ་པ་ཐོབ་ནས་ནི། སྒྲིམ་པའི་

བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ལྷ་བར་འགྱུར་བས་ལྷ་བའི་ཕྱིར་བཅས་དེ་ལྟར་  
གསུངས་པ་ལྟར་བྱས་པས་ཆོག་ཅིང་། སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་གཞན་ནམས་  
འཇུག་སྟོན་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་དག་ཚུལ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སལ་  
ཆེར་དག་སྟོང་གི་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། ། འོན་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་  
ལན་རྒྱལ་ལེན་པ་ནི་སྟོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ། །

ས་བཅད་བཞི་པ།

སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྟོང་པ་སྟོང་ལ་བསྐྱབ་པའི་

ཚུལ་བསྟན་པའི་སྐབས་ཀྱི་དཀའ་

གནད་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྟོང་པ་ལ་སྟོན་ཚུལ་ལ། དེ་ལྟར་བྱང་  
ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་  
རྒྱུས་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་བཟང་བ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི  
སངས་རྒྱུས་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་འཇུག་དགོས། དེ་ལ་འཇུག་པར་མ་  
བྱས་ན་སྟོན་ཐོག་འདོད་ཀྱང་ཞིང་ལས་མི་བྱེད་པ་ལྟར་སངས་རྒྱུས་ཐོབ་མི་  
སྲིད་ལ། ཐབས་དེ་ཡང་ངོ་བོ་མ་ཞོར་བཞིག་དགོས་ཏེ། ཞོར་བའི་ལམ་  
ལ་ཅི་ཅམ་འབད་ཀྱང་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་སྟེ། འོ་མ་བཞོན་བར་འདོད་ནས་  
རུ་ལ་འཐེན་པ་བཞིན་ནོ། ། མ་ཞོར་དུ་ཐིན་ཀྱང་ལམ་ཆ་མ་ཆང་ན་འབད་  
ཀྱང་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་སྟེ། སའོན་དང་། རྩུང་དང་། སལ་སྟགས་པ་  
གང་རུང་ཞིག་མ་ཆང་ན་ལྷ་གུ་མི་སྟེ་བ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་སྟོན་པ་བྱང་



རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་མཉམ་དག་ལྟར་ལེགས་པར་སྤངས་པས་སྤང་བ་སྣ་བྱིན་རྒྱུད་ལ་  
 རྒྱུས་པ་ན། སྣོན་སེམས་ཆོ་གས་བབྱང་ཉེ་སྣོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
 ལེགས་པར་བསྐྱབ་པ་གཞིར་བཞག་ནས། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་པ་ཕྱིན་  
 རྒྱུ་དང་། བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་བཞིས་བསྐྱས་པ་མཐའ་དག་ལ་བཙུག་པ་  
 རྒྱུས་རྒྱུ་པོས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱབས་  
 པའི་ཕན་ཡོན་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱད་པ་ལ་མ་བསྐྱབས་པའི་ཉེས་  
 དམིགས་རྣམས་མཐའ་དག་པ་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། དེ་དག་  
 ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་གོམས་པར་བྱས་པས། རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་  
 རྣམས་ལ་སྤྱོད་འདོད་ལྟར་ལྟོས་པར་ལྟོས་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་སྣོན་པ་ཆོ་གས་སྤངས་ནས། ཅ་ལྟར་དང་ཉེས་བྱས་ཀྱིས་མ་  
 གོས་པར་བྱས་ལ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱ་མཐའ་དག་ལ་  
 འབད་པ་རྒྱུ་པོས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་འགྲོ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་  
 འདི་ཉིད་དུས་གསུམ་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་  
 གཅིག་པའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་སྣོན་པ་གསུམ་བསྟན་པ་ལས།  
 འོད་སྤངས། རིགས་ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་  
 ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་གང་ཞིག་ཆོས་དེ་དག་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་ནན་  
 ཏན་གྱིས་མི་སྤྱོད་ན། དེས་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་ཏུ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་མི་རུས་སོ། ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེན། འོད་སྤངས། ནན་ཏན་གྱིས་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་རྒྱུ་འཕྲོག་གི། ནན་ཏན་མེད་པས་ནི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

འོད་སྤངས། གལ་ཏེ་ནམ་ཉན་མེད་པར་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འཕྲོ་བ་ཏུ་ཟིན་ན། རི་བོང་དང་། བྱི་ལ་ཡང་སྒྲ་ན་  
 མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་  
 འཆང་རྒྱ་བར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འོད་སྤངས། གང་  
 དག་ལ་ནམ་ཉན་མེད་པ་དེ་དག་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཏུ་འགྱུར་ཏུ་ཟིན་ན་ནི། འོད་སྤངས། སྤྱི་ཡང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་  
 དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། སངས་རྒྱལ་སྤྱི་འགྱུར་བར་བྱའོ་ཞེས་བརྗོད་པས་  
 སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་སངས་རྒྱལ་སྤྱི་འགྱུར་བའི་རིགས་སོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། བརྗེ་ལྷན་སྐགས་ལ། བརྗེ་བ་དང་ལྷན་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས། གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་གཞིམ་པའི་  
 ཕྱིར་ཏུ་ཐབས་རྣམས་ལ་ནི་མཛོན་པར་སྦྱར་བར་མཛད་དེ། ཐབས་ལས་  
 བྱང་བའི་འབྲས་བུ་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བ་དེའི་རྒྱ་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་  
 བའི་ཐབས་དེ་རང་ལ་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བའི་ཐབས་དེ་དག་  
 གཞན་ལ་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན་ཞེས་པ་སྟེ། མདོར་ན་རང་ཉིད་མ་  
 སྒྲིལ་བར་གཞན་སྒྲིལ་མི་རུས་ཞེས་པ་འོ། ། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་  
 ཏུ་རྟོག་པ་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཤང་ལ་སྐགས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རོ། ཞེས་སྐགས་ལ།  
 མཁན་ཆེན་པོ་རྟེན་ཏུ་བོད་འབངས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་མ་འཆུན་པར་  
 ཉན་འཕྲབ་ཆུབ་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཞིང་གསེགས་ཁར་ཞལ་ནས། བོད་ཏུ་ཐུ་  
 རྟགས་ནི་མི་འབྱུང་གི་ སངས་རྒྱལ་གྱི་བརྟན་པ་ཉིད་ཁ་གཉིས་སུ་གྱེས་ཏེ་  
 རྗོད་པར་འགྱུར་བས། དེའི་ཆོང་འི་སྒྲོབ་མ་གཡུ་མེ་ལ་ཕྱི་ལ་སྤྱན་དྲོངས་ལ་



ཚེད་པ་བྱེད་དུ་ཁྱུ་ཅིག་ དེས་ཚེད་པ་ཆོས་སྒྲིག་ས་སུ་ཞི་བར་འགྱུར་རོ།  
 ཞེས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ལྟར་བསྟན་ཏེ་ཞི་བར་གསེགས་སོ། ། དེ་ནས་རི་  
 ལྟར་ལྟར་བསྟན་པ་ལྟར་རྒྱུ་ཏེ་དུ་ཤང་མ་ཏ་ཡ་ནའི་སྒྲིབ་མ་དར་ཏེ་ལྟས་ངག་  
 གིས་ཆོས་སྒྲིབ་དགེ་བ་བྱས་པས་འཆང་མི་རྒྱ། བྱར་མེད་ལ་གནས་ན་  
 འཆང་རྒྱ་ཟེར་ནས་ཆད་ཏེ་ལ་ཞེན་ནས་དགེ་སྦྱར་མི་བྱེད། དེ་ཡང་རྣམ་  
 རྟོག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ངན་རྟོག་ཏེ་སྒྲིབ་སོ། ། བཟང་རྟོག་ཡིན་ན་ཡང་འཁོར་  
 བར་འཆིང་བས། དེའི་འབྲས་བྱས་འཁོར་བ་ལས་མི་འདའ་ཞི། དཔེར་  
 བ་སྒྲིབ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀས་ནམ་མཁའ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། གསེར་སྒྲིག་  
 དང་ཐག་སྒྲིག་གིས་བཅིངས་པ་དང་། བྱི་དཀར་ནག་གང་གིས་སྤྱུག་ཀྱང་  
 སྤྱུག་བསྐྱེལ་བསྒྲིབ་པ་དང་འདྲའོ། ། དེས་ན་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱིས་འཆང་  
 མི་རྒྱ་བས། གང་ལ་ཡང་མི་སེམས། གང་ལ་ཡང་མི་རྟོག་ ཅི་ཡང་  
 ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་བཞག་པ་ཉིད་ཀྱིས་སེམས་རྟོགས་ནས་འཆང་རྒྱ་བ་ཡིན་  
 ལ། སྒྲིབ་པ་དང་རྒྱལ་གྱིས་ལ་སྤོགས་པའི་སྒྲིབ་བཅས་རྣམས་ནི།  
 དེས་དོན་བསྒྲུབ་མི་རྒྱས་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པའི་དོན་དུ་གསུངས་པས། དེས་  
 དོན་རྟོན་ནས་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་ལ་འཇུག་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དམངས་སུ་བབས་  
 པའམ། རྒྱང་པོ་ཆེ་རྟོན་ནས་རྒྱང་པོ་ཆེའི་རྗེས་འཆོལ་བ་དང་འདྲའོ།  
 དེས་ན་དེད་ཀྱི་འདི་ནི་ཁྱུང་ནམ་མཁའ་ནས་ཤིང་ཅེར་འབབ་པ་དང་འདྲ་བ་  
 ཡས་འཇོག་ཅིག་ཅར་བའི་ཆོས་ཡིན། གཞན་རྣམས་སྤྱུ་ཤིང་ཅེར་འགྲོ་  
 བ་དང་འདྲ་བར་མས་འཇོག་རིམ་གྱིས་པའི་ཆོས་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། དུ་  
 ཤང་གིས་ནི་ཅིར་ཡང་མི་རྟོག་པ་ལ་བསྐྱུགས་པ་མཛད་པའི་མདོའི་ཁྱུངས་  
 བརྒྱད་ཅུ་དངས་ནས་བསྒྲུབས་སོ། ། འདིས་ནི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལ་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ལམ་རྒྱུ་མ་མེད་ཅོ་ཞེས་ཀྱང་རྫོང་ལ་སྐྱར་བ་ཆེན་པོ་བཏབ་  
 ཅིང་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོ་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སོ་  
 སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དཔྱད་པ་བཀག་པས་དོན་དམ་པའི་ཚུལ་རྒྱང་  
 རིང་དུ་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། ། བོད་པ་ལ་ཆེར་བསོད་ནམས་དམན་པས་དེ་ལ་  
 དགའ་སྟེ། དེའི་ལྷགས་སྟོབ། དཔལ་དབྱངས་དང་། བརྒྱ་ལ་  
 སྟགས་པ་ཉུང་ཤས་ཤིག་མཁན་ཆེན་བོ་རྟོ་ས་ཏུ་འི་ལྷགས་བྱེད་པས་ལྟ་སྟོད་མ་  
 མཐུན་ཏེ་ཅོད་པ་ལ། ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྤང་ལྟེ་བཅན་གྱིས། མཁན་པོ་བོ་རྟོ་  
 ས་ཏུ་འི་ལྷགས་བཞིན་དུ་ལྟ་སྟོད་གྱིས་ཤིག་གསུངས་པས། སྟོན་ཐུན་པ་  
 རྒྱུ་སྟོན་ཏེ། རྒྱ་གྲི་རྟོན་པོ་རེ་བསྟེན་ནས། ཅོན་མེན་པ་རི་ལ་གསོད་  
 ཟེར་རོ། ། རྒྱལ་པོ་བྱི་སྤང་ལྟེ་བཅན་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཉམས་པ་ལྷགས་  
 ཀྱིས་མ་བཟོད་ཅིང་། སྟོགས་མའི་སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་དམན་པ་  
 རྒྱུ་སྟོན་ལ་སྒྲིང་རྩེ་ཆེར་སྟེས་ཏེ་ལྷགས་མ་བདེ་ནས་ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་འབོད་དུ་  
 བཏང་བས། ལན་གཉིས་སུ་མ་ཁྱག་ནས། གསུམ་པ་ལ་མ་ཁྱག་ན་  
 གསོད་བྱས་ཏེ་བཏང་བས། ལྷག་ལྷག་འདྲིམ་བཅུ་གཉིས་ལ་དབྱངས་ཐག་  
 ལ་འགྲོ་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་ཐུན་ཏེ། གཤེགས་པར་བྱ། མི་གཤེགས་ན་  
 གསོད་དུ་འོང་བས་ལྟེ་བྱས་པས་བྱོན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ལ་བདག་དགུག་མི་  
 འཆལ། ཆོས་རྒྱལ་དེ་ཅམ་ལྷགས་མི་བདེ་བ་མཛད་མི་དགོས། མཁན་  
 ཆེན་བོ་རྟོ་ས་ཏུ་ཞིང་གཤེགས་ཁར་བསྟན་པ་ལ་བར་ཆད་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 འབྱུང་བས། དེའི་དུས་སུ་ངའི་སྟོབ་མ་ག་མ་ལ་ཤྱེ་ལ་སྟུན་དྲོངས་ཤིག་  
 དེས་ཆོས་ལོག་རྒྱུ་སྟོན་ཞི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཞལ་ཆེམས་གནང་བ་བདོག་  
 ལྷགས་པས་རྒྱལ་པོ་བསྟེན་གསོས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ག་མ་ལ་ཤྱེ་ལ་སྟུན་འདྲེན་



པའི་ཕོ་ཉ་བཏང་སྟེ། དེ་ཏུ་ཤང་གིས་ཆོར་ནས། ཡུམ་རྒྱས་པ་ལ་སྟགས་  
 པའི་མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་རྣམས་སྟུན་དངས་ཏེ་བཤད་པ་བསྟུབས། བསྟན་  
 བཅོས་ལ་ཆོས་བྱ་མི་དགོས། ཉལ་པས་ཆོག་ཅེས་སྟོན་པ། བསམ་  
 གཏན་ཉལ་བའི་འཁོར་ལོ། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་བསམ་གཏན་གྱི་ལོན།  
 ཡང་ལོན་གཉིས། དེ་རིགས་པས་བསྟུབས་པའི་ལྟ་བའི་རྒྱབ་ཤ། ལྷང་  
 གིས་སྟུབ་པ་མདོ་སྡེ་བརྒྱད་ཅུ་ཁྲངས་ལ་སྟགས་པ་བྱས། མདོ་སྡེ་དགོངས་  
 པའི་སྒྲུལ་རང་གི་ལྟ་སྟུང་དང་འགལ་བར་མཐོང་ནས། འདི་མདོ་སྡེ་  
 ཡི་ཡིན་མི་ཤེས་ཞེས་རྟོག་པས་གྲིལ་ལོ། ། དེའི་ཆེ་ཡེ་ཤེས་དབང་པོས།  
 རྟེན་པའི་དགོངས་པ་འདི་བཞིན་ཡིན། ཞེས་སྟུན་དུ་གསལ་བས་རྒྱལ་  
 པོ་དགྱེས་ཏེ་ཁྱོད་ངའི་སྟོབ་དཔོན་ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ནས་ཀམ་ལ་ཤུ་  
 ལ་བྱོན་པ་དང་། བཅན་པོ་གྲང་ལ་བཞུགས། ཏུ་ཤང་གཡས་གྲལ་དུ་  
 བྱས། སྟོབ་དཔོན་གཡོན་གྲལ་དུ་བྱས་ཏེ། ཅོན་མིན་རྣམས་དེའི་མཚུག་  
 མཐུད། བཅན་པོས་གཉིས་ཀའི་ལག་ཏུ་མེ་ཏྲག་སྤང་བ་གཏད་དེ།  
 ཁྱོད་གཉིས་གཤགས་གྱིས་ལ་གང་རྒྱལ་བ་ལ་ཕམ་པས་མེ་ཏྲག་སྤང་བ་ཤུལ་  
 ཅིག་ཕམ་པ་དེ་འདིར་མ་སྟོང་ཅིག་ཅེས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་དང་། ཏུ་  
 ཤང་ན་རེ། ལས་དགེ་མི་དགེ་སྟུང་ན་མཐོ་རིས་དང་ངན་སྤང་དུ་འགྲོ་བས།  
 འཁོར་བ་ལས་མི་ཐར་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་སྟོབ་པ་ཡིན།  
 དཔེར་ན་སྟོན་དཀར་ནག་གང་གིས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་ལ་སྟོབ་པ་དང་འདྲ།  
 གང་ཞིག་ཅི་ལ་ཡང་མི་སེམས། ཅི་ཡང་མི་བསམ་པ་དེ་འཁོར་བ་ལས་  
 ཡོངས་སུ་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། ཅི་ལ་ཡང་མི་སེམས། མི་རྟོག་མི་  
 དཔྱད་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་ཡིན་པས། ཅིག་ཅན་དུ་འཇུག་པ་ནི་ས་བཅུ་པ་

དང་འདྲའོ། ། ཟྱེན་པ་དང་ཚུལ་བྱིམས་སྐྱེས་ལ་རིམ་གྱིས་སྒྲིབ་པ་ནི་  
 དེས་དོན་མགོ་བའི་ཟྱེན་ཟྱེན་པོ་དག་ལ་དྲང་དོན་དུ་གསུངས་པའི་ཆོས་ཡིན་  
 པས། གང་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་མན་ངག་ཡོད་ན་ཟྱེན་པ་དང་ཚུལ་  
 བྱིམས་སྐྱེས་སྒྲིབ་ཚུགས་གང་ཡང་མི་དགོས་སོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་ན།  
 ཀ་མ་ལ་ཤེ་ལའི་ཞལ་ལྟ་ནས། དེ་ལྟར་ཅི་ལ་ཡང་མི་བསམ་བེར་བ་དེ་ནི།  
 སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཚུལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་པས། དེ་སྤངས་པས་འཇིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱང་སྤངས་པར་འགྱུར་རོ། ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་  
 ཤེས་རབ་མེད་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་གང་གིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་གནས།  
 གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དྲན་པ་མེད་ཅིང་ཡིད་ལ་བྱ་བ་མེད་པ་ཡིན་ན་ཉམས་  
 སུམ་བུ་ཐམས་ཅད་མི་དྲན་ཞིང་། ཡིད་ལ་མི་བྱ་བར་མི་རུས་སོ། །  
 གལ་ཏེ་བདག་གིས་ཆོས་དྲན་པར་མི་བྱའོ་སྒྲུལ་ན། དེ་ཤིན་ཏུ་དྲན་པ་ཡིད་  
 ལ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། ། དྲན་པ་མེད་པ་ཅམ་པོ་ལ་བྱེད་ན། བརྒལ་  
 བའམ། འདོག་པའི་དུས་སུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་འགྱུར་རོ། ། ཡང་  
 དག་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་  
 མེད་དོ། ། དྲན་པ་ཅམ་པོ་བཀག་ཀྱང་ཡང་དག་པའི་སོ་སོར་རྟོག་པ་མེད་  
 བ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་རུས། སྤང་པ་ཉིད་  
 མ་རྟོགས་པར་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཁོ་ནའོ། ། དེས་ན་ཡང་  
 དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟྱེན་ཅི་ལྟག་གི་སྤང་བ་རྒྱང་བ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ།  
 དེས་ན་དྲན་བཞིན་དུ་མི་དྲན་བྱར་མི་རུང་ངོ། ། དྲན་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱ་བ་  
 མེད་པར། སྒྲིབ་ཀྱི་གནས་ཇེས་སུ་དྲན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་



ཇི་ལྟར་འགྱུར། ཉེ་མོངས་པ་ཡང་ཇི་ལྟར་སྤྱོད། དེ་བས་ན་ཡང་དག་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དོན་ངེས་པར་རྟོགས་པའི་ནུས་འབྱུང་པས། ཏུས་  
 གསུམ་ཕྱི་ནང་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པར་རྟོགས་ནས། རྟོག་པ་ཉི་བར་ཁིནས་  
 ལྟ་བ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐབས་ཤེས་རབ་ལ་  
 མཁས་པས་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ནས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ནས་བཅན་པའི་  
 ཞལ་ནས། འཁོར་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་མཆིད་ཤགས་ཐོབ་ཅིག་གསུངས་པ་  
 དང་། དཔལ་དབྱངས་ན་རེ། རྒྱུ་ལྟར་ཅིག་ཅར་འཇུག་ཅིང་།  
 རིམ་གྱིས་སྤྱོད་བ་མ་མཆིས་ན། ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཏུག་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
 ལས་གདགས་པར་གསུངས་ཏེ། སྤྱིན་པ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལ་བརྟེན་  
 བས་གདགས་ཏེ། ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་བཏང་ན་སྤྱིན་པའི་  
 མཆོག་ལགས། དེ་བཞིན་ཏུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བར་ཏུ་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་པ་དང་།  
 ཡེ་ཤེས་དབང་པོས། ཅིག་ཅར་ཏུ་འཇུག་བྱ་བ་དང་། རིམ་གྱིས་འཇུག་  
 བྱ་བ་གཉིས་དཔྱོད་དགོས་ཏེ། རིམ་གྱིས་འཇུག་ན་རྒྱ་མ་མཆིས་པས་ངེད་  
 དང་མི་འདྲ། ཅིག་ཅར་འཇུག་ན་ཁྱིད་ད་རུང་ཅི་བྱེད། དང་པོ་ནས་  
 སངས་རྒྱས་ན་ཅི་ཉེས། དེ་བས་ན། རིལ་འཛིན་པ་ཡང་གོམ་པ་རེ་རེས་  
 འཛིན་དགོས་ཏེ། གོམ་པ་གཅིག་གིས་བསྟོད་མི་རུས་པ་ལྟར། སངས་  
 པོ་ཐོབ་པའང་དཀའ་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཇིང་ཅོན་མིན་  
 གྱི་ལྷགས་ཀྱིས་གསུང་རབ་ཀྱན་ལ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་སྤྱོད་པས་དོན་མ་  
 བོར་བར་ཤེས། ཆོས་སྤྱོད་བཅུ་ལ་བསྐྱབས་ཏེ་བསྐྱོམས་པས་བཟོད་པ་  
 ཐོབ། སངས་པོར་སྤྱོད་མེད་པ་ལ་ཁྱགས་ཏེ། ས་བཅུ་རིམ་གྱིས་སྤྱོད་ས

བསམ་ཆོག་སྒྲིལ་གཉིས་རྒྱུ་གསུམ་པོ་འཛུགས་ཀྱི་བ་ཡིན། བྱིད་ལྟར་ན་ཆོག་སྒྲིལ་མ་  
 རྒྱུ་གསུམ་སྒྲིལ་མ་སྤྱད་ས་པར། འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ཡང་མི་ཤེས་ན། ཤེས་བྱ་  
 ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་ཉལ་བས་ཟན་  
 ཡང་མི་ཤུངས། ལྟོགས་ཏེ་འཆི་ན་སངས་རྒྱས་ག་ལ་འགྱུར། མ་  
 བརྟགས་མ་དཔྱད་པར་གོ་མ་པ་བོར་ཡང་བརྟེན་འཆོས་ན་ཆོས་ག་ལ་རྟོགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྒྲིལ་པ་རྒྱས་པར་སྤྱོད་པས། ཏོན་ཐུན་པ་དུ་ཤང་རྒྱུས་  
 འབྱང་དང་བཅས་པས་ལན་སྟོ་བར་མ་རྒྱས་ནས། མེ་ཏོག་གི་ཐོང་བ་སྟོབ་  
 དཔོན་ལ་ལུ་ལ་ཏེ་མམ་སྤངས་པ་ན་ཅོ་མ་མ་ལ་སྒྲིལ་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ཏེ་རང་གི་  
 ཏོན་རྟོགས་བརྒྱུད་ས་ཏེ་ཤེ་ཞེས་གྲགས་སོ། ། དེའི་ཆོ་ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྤྱོད་ལྟེ་  
 བཅོན་གྱི་ཞལ་ནས། ལྟ་བུ་སྟོབ་གྱི་ལྷགས་བྱུངས། སྤྱོད་པ་ཆོས་སྤྱོད་  
 བརྒྱུད་པ་ལོ་ལ་ཏུ་ཐོན་པ་ལ་སྟོབས། ལྷང་རིགས་དང་མི་འགལ་བའི་རྒྱ་  
 གར་གྱི་ཆོས་ལྷགས་རྣམ་དག་མ་གཏོགས་དུ་ཤང་གི་ཆོས་ལྷགས་འདི་བྱེད་པ་  
 བྱུང་ན་ཆད་པས་གཅོད་ཅིས་བོད་ཁམས་ཀྱི་དུ་ཐིམས་བཅས། དུ་ཤང་  
 གིས་བརྩམས་པའི་དཔེ་རྣམས་བསྟུས་ནས་བསམ་ཡས་སུ་གཏེར་དུ་སྤྱོད་  
 དུ་ཤང་འཁོར་བཅས་རྒྱ་ལྷུ་ལ་དུ་བརྒྱུད་ས། ཆོས་ལྷ་དེར་ལྟ་ལྷགས་པས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཇིག་ཁར་ཁོའི་ལྷགས་དེ་ཉིད་དར་བར་འགྱུར་  
 བའི་ལྟ་སྟེ་ལྷུང་བསྟན་ཏོ། ། ཏོན་ཐུན་དང་ཅོན་ཐུན་ནི་རྒྱའི་སྐད་དེ།  
 ཅིག་ཅེར་པ་དང་རིམ་གྱིས་པ་ཞེས་པའོ། ། དུས་ཕྱིས་དུ་ཤང་གིས་རྒྱའི་  
 བཤན་པ་མི་བཞི་མངགས་ནས་སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤེ་ལའི་མ་ཁལ་མ་མཉེས་  
 ཏེ་བཀྲོངས་སོ་ཞེས་བྱ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་ལས་འབྱུང་ངོ། ། ཀ་མ་ལ་ཤེ་ལའི་  
 སྟེ་གཏུང་ལང་གྱ་བཞིར་བཞུགས་པའི་རྒྱ་མཆན་དེ་ཡིན་པར་གསུངས།



དེ་ལྟར་དུ་ཤང་གིས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་རྒྱལ་མ་མ་  
 ཡིན་ཞེས་སྒྱུར་བ་ཆེན་པོ་བཏབ་ཅིང་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་རྣམ་པར་  
 དཔྱད་པ་བཀག་པས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་ཀ་ལྟག་མ་  
 མེད་པར་རྒྱང་རིང་དུ་སྤངས་པ་དེ་ཉིད་ཀ་མ་ལ་ཤྲེལ་ས་སུ་རྒྱང་སྟེ་རྒྱལ་བ་  
 དགྲེས་པའི་ལམ་དྲི་མ་མེད་པ་རྒྱས་པར་མཛད་ནས་ཁ་བ་རི་པ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 སྒྲིབ་ཀྱིས་བསྐྱངས་མོད་ཀྱང་། ད་དུང་དུ་ཡང་དེང་སང་བསྟན་པའི་ཐ་  
 མར་འགྱུར་པ་ན། ཁོ་རང་གི་ལུང་བསྟན་དེ་ཉིད་ཐོག་དུ་བབས་ནས་  
 ལུགས་ངན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱན་དུ་གང་བར་གྱུར་རྟོ། ། སེམས་ཅོམ་  
 འཛོག་ནི། སེམས་ལ་ཅི་ཡང་མི་བསམ་པར་ཆོམ་མེ་འཛོག་པ། ཁ་ཅིག་  
 བློ། ལྟ་ཤང་གི་རྗེས་འབྲངས་འགའ་ཞིག་ ལ་ལ་ནི། བཀའ་བརྒྱད་  
 པ། གཞན་དག་ནི། རྟིང་མ་སྟེ། རྟིང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱིས།  
 གནས་ལུགས་མཛོད་ལས། མཐར་ཐུག་དོན་གྱི་ངེས་པའི་སྤྱིང་པོ་ལ། །  
 གསེར་སྒྲོག་ཐག་སྒྲོག་འཆིང་པ་མཉམ་པ་ལྟར། ། ཆོས་དང་ཆོས་མིན་  
 སེམས་ཀྱི་འཆིང་བ་མཉམ། ། དཀར་ནག་སྒྲིབ་ཆོགས་སྒྲིབ་པར་མཉམ་པ་  
 ལྟར། ། དགེ་སྤྱིག་གཉིས་ཀ་རིག་པའི་སྒྲིབ་པར་མཉམ། ། དེ་བས་འདི་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་རྒྱལ་འབྱོར་པ། ། དགེ་སྤྱིག་རྒྱ་འབྲས་ཀྱན་ལས་འདས་པ་  
 གཅིས། ། ཞེས་དང་། གནས་ལུགས་མཛོད་འགྲེལ་ལས། སྒྲོབ་  
 དཔོན་ཆེན་པོ་དུ་ཤང་གི་གསུང་། དེ་དུས་སྒྲོད་མན་པའི་སྒྲོར་མ་ཤོང་ཡང་  
 དོན་ལ་དེ་བཞིན་གནས་སོ། ། ཞེས་དུ་ཤང་གི་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད་ལྟ་བུའི་མཐར་  
 ཐུག་དུ་བཞིན་པར་གསལ་སོ། ། ཐབས་མེད་པར་སྤྱིད་པར་འགྲོ་བ་ཡོངས་

ལུ་འཛིན་པ་སྐྱོན་གྱི་དོན་ནི། སྤྱིང་རྗེ་དང་། ཕྱིན་བྱུག་དང་། བཟུ་  
 བཞི་སྐྱོན་གྱི་ཉམས་ལེན་མེད་པར་སྤྱིད་པར་ཏེ་འཁོར་བར་འགྲོ་བ་  
 རྟེ་རྟེ་བ་ཡོངས་ལུ་འཛིན་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འཆིང་བའོ། །  
 ཕྱིན་བྱུག་བཟུ་བཞི་སྐྱོན་གྱི་སྤྱིད་པའི་འགྲོ་བར་རྟེ་བར་འགྲོ་བ་ནི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གྲོགས་དང་རང་གཞན་ཐར་བར་བྱེད་པའོ། །  
 སྤྱིར་ཆོས་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། བྱང་པར་དུ་བདེན་མེད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་མེད་པར་སྤྱིད་པར་འགྲོ་བའམ་རྟེ་བ་ཡོངས་ལུ་འཛིན་པ་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་འཆིང་བའོ།  
 ཆོས་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྱང་པར་བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་འཁོར་བའི་རྟེ་བ་ལ་མ་ཆོངས་པས་སྤྱིད་པའི་འགྲོ་བར་འགྲོ་བ་རྟེ་  
 རྟེ་བ་ནི། སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་འཆིང་བས་མི་ཐུབ་པས། འཆིང་  
 བ་ལས་ཐར་པའི་ལམ་ལ་གནས་པའོ། ། ཐབས་ཤེས་ལ་བྱུང་བ་ལྟར་པ་ནི་  
 སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་འཆིང་བ་དང་། ཐབས་ཤེས་བྱང་  
 དུ་འབྱུག་པའི་ལམ་ནི་ཐར་པ་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་ཞེས་  
 པའོ། ། རྣམ་ཀྱི་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྤྱིང་ཉིད་ལ་གཉིས་ལས། དུས་གྱི་  
 རྣམ་ཀྱི་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྤྱིང་ཉིད་ནི། བདེན་གྱི་སྤྱིས་པའི་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་དོ། ། དུས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཀྱི་མཆོག་  
 ལྡན་གྱི་སྤྱིང་ཉིད་ལ་གཉིས་ལས། ལམ་དུས་གྱི་རྣམ་ཀྱི་མཆོག་ལྡན་གྱི་  
 སྤྱིང་ཉིད་ནི། ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱ་ཆེན་པོས་ཟིན་པའི་ལམ་དུས་གྱི་སྤྱིང་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། འབྲས་དུས་གྱི་རྣམ་ཀྱི་མཆོག་ལྡན་གྱི་སྤྱིང་  
 ཉིད་ནི། ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱ་ཆེན་པོས་ཟིན་པའི་འབྲས་དུས་གྱི་སྤྱིང་ཉིད་



རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་པོ། ། དེ་རྣམས་འབྲི་བྱེད་གང་དག་ཡིན། ། ཞེས་  
 སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། སྤྱིན་སྟགས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚྲིགས་དེ་རྣམས་རི་མོ་  
 འབྲི་བར་བྱེད་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་འདྲ་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་  
 སྤྱིན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། བཟོད་པ་དང་། བཙོན་འགྲུས་  
 དང་། བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་ལ་སྟགས་པ་ལ་སྦྱོད་པ་ཐབས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་ཀུན་གྱི་མཚྲོག་དང་ལྡན་པ་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི།  
 རྒྱལ་པོའི་གཟུགས་སུ་སྟེ་གཟུགས་དང་འདྲ་བར་བཟོད་དོ། ། ཞེས་པའོ།  
 ཀ་ཤིའི་རྒྱལ་པོ་ནི། ཡུལ་ཤི་བའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། དེའི་རྣམ་ཐར་ནི་སྦྱོས་  
 རབས་སུ་བཀོད་ཐིན་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། མི་སྤྱོད་པོ་དེ་དག་ནི།  
 ལྷ་ཤང་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པའོ། ། བཟོད་པ་འདི་ནི་ཟབ་མ་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ལ་མི་སྦྱག་པའི་  
 བཟོད་པ་ལ་རྒྱུ་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྦྱར་ལམ་བཟོད་པ་ནས་  
 ཐོབ། གཉིས་པ་མཐོང་ལམ་ནས་ཐོབ། གསུམ་པ་ས་བརྒྱད་པ་ནས་  
 ཐོབ། འཁོར་གསུམ་དུ་རྟོག་པ་ན། སྤྱིན་པ་ཉྱ་བུ་ལ་མཚོན་ན། སྤྱིན་  
 པ་གཏོང་བ་པོ། གཏང་བྱའི་རྩས། གཏོང་བའི་ཡུལ་གསུམ་བདེན་པར་  
 འཛིན་པའོ། ། འདུས་མ་བྱས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ལ། འདུས་མ་བྱས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་འང་སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱེད་ལ། འདུས་བྱས་ཀྱི་དགོ་བས་  
 ཉེ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚྲིགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་སྦྱོ་བ་ནི་བདུན་གྱི་ལས་ཡིན་  
 ཞེས་པའོ། ། འཁོགས་པ་ནི། སྤྱིན་པར་བྱེད་ཅེས་པའི་བྱེད་པ་དང་།  
 དཔྱག་པ་ནི། སྤྱིན་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བྱ་བའི་ཚྲིག་ཡིན་པས་འདིས་མཚོན་  
 གང་ལ་འང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ཚྲིག་གི་བྱང་པར་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མདོ་མེད་མེ་མོད་ནི་ཡལ་ཆེན། བྱེ་མོ་ནི། བྱང་  
 ས་མེ་དེ་ཡང་མ་མོ་ནི་བྱེ་མོ་འཇག་གི་མ་ཞེས་པའི་དོན། བྱེ་བྱུག་གི་སྒྲུ་  
 ཞེས་པ་ནི། བརྗོད་བྱའི་དོན་ཆན་རེ་རེའི་ཆོག་ཟུར་སྒྲུང་ས་ནས་བསྐྱུས་  
 པས་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྒྲུ་གྱི་སྐད་དོད་ཡུད་དུ་ན་ལ་ཡིག་བསྐྱུ་པའི་ངེས་  
 ཆོག་གིས་བཤད་ན། དོན་ཆན་རེ་རེའི་ཆོག་སྒྲུང་སྟེ་སྒྲུང་ས་པའམ།  
 དོན་རྒྱས་པལས་བརྟུས་ཏེ་གཏུལ་བྱ་ལ་བྱེ་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་རོ། །

རྒྱལ་སྐྱུས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ལ་བསྐྱུ་པའི་  
 གཞི་ནི་ཡ་རོལ་དུ་བྱེ་པ་བྱུག་ཡིན་ལ། དེར་བསྐྱུ་པ་རྣམས་འདུ་ཚུལ་ལ་  
 གཉིས། དངོས་ཀྱི་དོན་གྲངས་ངེས་པ་དང་། ཞུར་ལ་གོ་རིམ་ངེས་པར་  
 བསྐྱུ་པ་རོ། ། དང་པོ་ལ་གཉིས་མདོ་མེད་མེ་མོད་རྒྱན་ནས་བཤད་པའི་གྲངས་  
 ངེས་དང་། སེང་བཟང་གིས་བཤད་པའི་གྲངས་ངེས་སོ། ། དང་པོ་ནི།  
 སྒྲུ་ལ། མདོན་མཐོ་དོན་གཉིས་སྒྲུབ་དང་གཞན་དོན་སྒྲུབ། ། ཐེག་  
 ཆེན་སྐད་དང་ལམ་མཐ་ཐབས་དང་ནི། ། བསྐྱུ་པ་གསུམ་བརྒྱུས་པའི་  
 གྲངས་ངེས་རྣམ་པ་བྱུག ། ཅེས་པ་ཉུང་རོ། ། སྒྱིར་གྲངས་ངེས་ཚུལ་ལ་  
 བཞི་ལས། ཤེས་བྱ་ལ་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་སུ་ངེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་བྱང་གསུམ་  
 སེལ་བའི་གྲངས་ངེས། རྗེས་དཔག་ལ་རང་དོན་རྗེས་དཔག་དང་གཞན་  
 དོན་རྗེས་དཔག་གཉིས་སུ་ངེས་པར་བཤད་པ། དོན་ལ་རྗེས་དཔག་ཡིན་  
 བ་རང་དོན་རྗེས་དཔག་ཡིན་པས་བྱུབ་གྱུང་། དགོས་པའི་དབང་གིས་དེ་  
 གཉིས་སུ་ངེས་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་དགོས་པ་ཅན་གྱི་གྲངས་ངེས་དང་།  
 ཆད་མ་ལ་མདོན་སུམ་ཆད་མ་དང་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་  
 པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ནི་ལྷག་རྟག་བསྐྱུ་པའི་གྲངས་ངེས། རྗེས་ཀྱི་སྒྲུ་ནས་



དེ་དག་ཏུ་མ་ངེས་ཀྱང་རིགས་བསྟན་དེ་དག་ཏུ་འདྲ་བར་ངེས་པ་ལ་བསམས་  
 བས་དེ་དག་ཏུ་གངས་ངེས་པར་བཤད་པ། དཔེར་ན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་པར་ཕྱིན་ཏུ་གངས་ངེས་པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་རིགས་བསྟན་  
 ཀྱི་གངས་ངེས་སོ། ། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་  
 སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས། དེ་ལ་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་  
 བསྟན་ན་ཆོག་སྤྱོད་གཉིས་དང་། ཐབས་ཤེས་གཉིས་དང་། ཟབ་རྒྱས་  
 གཉིས་དང་། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་སྤྱོད་པས་ཀྱང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་བསྟན་མོད་ཀྱང་། ཕྱིན་ཏུ་གཉིས་གོ་བ་བསྐྱེད་པ་ལྟར་བྱུང་  
 བྱེད་གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་མི་རྒྱས་པས་ཕྱིན་ཏུ་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་བྱེད་པ་ནི་  
 མཆོག་ཡིན་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་ཕྱིན་ཏུ་གཏུ་  
 བར་མ་བཟུང་ཕྱིན་ཏུ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་གོ་བ་ཆགས་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གོ་བ་ཆགས་ཡོང་། བསྐྱབ་བཞི་ཡང་ཕྱིན་ཏུ་གཏུ་འདྲ་སོ། །  
 གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྤྱོད་པ་ལ་གཉིས་ཏུ་གཉིས་ཡོད་ལ། སེར་  
 རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་གཉིས་བྱེད་པས་དེའི་གཉིས་པོར་ཕྱིན་པ་ལ་  
 བསྐྱབ། དེ་བཞིན་ཏུ་ཆུལ་འཆལ་གྱི་གཉིས་པོར་ཆུལ་བྱིམས་དང་།  
 ཁོང་ཁྱིའི་གཉིས་པོར་བཟོད་པ་དང་། ལེ་ལེའི་གཉིས་པོར་བཟོན་འགྲུས་  
 དང་། རྒྱུ་གཡོང་གི་གཉིས་པོར་བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་འཆལ་གྱི་  
 གཉིས་པོར་ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ། ། གཞན་ཏུ་ན་  
 སྤྱོད་མ་དང་ཆུ་ཤིང་ཞེས་སྤྱོད་པ། རང་ཉིད་གནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་  
 ཕུན་སུམ་ཆོག་སྤྱོད་པ་ཇི་ཅམ་ཆེ་བ་ཅམ་གྱིས་རང་ཉིད་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཕུང་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིན་ཏུ་འགྲུར་བ་མང་སྟེ། རྒྱབ་འདྲི་སྤྱོད་པའི་མདོ་ལས། ཇི་ལྟར་ཆུ་

ཤིང་འོད་མ་དང་། ། འདམ་བུ་འབྲས་བུས་འཛོམས་བྱེད་ཅིང་། ། དེའུ་  
 མོ་མངལ་གྱིས་འཛོམས་པ་ལྟར། ། རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་མིང་ན་འཛོམས།  
 རི་ལྟར་མེར་བ་འབབ་པ་ཡིས། ། འོ་ཐོག་ཐམས་ཅད་རྣམ་འཛོམས་པ།  
 དེ་ལྟར་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་ཡིས། ། བྱང་རྒྱལ་ལམ་ནི་འཛོམས་བྱེད་དོ།  
 རི་ལྟར་མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་ཡི། ། ཤིང་དང་མེ་ཏོག་མེས་བསྐྱེགས་ལྟར། །  
 དེ་བཞིན་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་ཡིས། ། བྱང་རྒྱལ་ལམ་དག་འཛོམས་བྱེད་དོ།  
 དག་སྤྱང་གང་གིས་རྟེན་པ་དང་། ། བཀྱར་སྟེ་ཆེན་པོ་རྟེན་འགྱུར་བ།  
 བདུད་གྱིས་ཉམས་པར་ཤས་བྱས་ཏེ། ། མཁས་པས་དེ་ནས་འགྲོ་བར་བྱ།  
 རི་ལྟར་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་འདི། ། ཐོབ་ནས་ལམ་ནི་འཛོམས་བྱེད་པ།  
 ཐར་པའི་ལམ་འཛོམས་བྱེད་པ་ཡིས། ། རྟིག་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། གཞན་གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ་ནི། ལུས་  
 ངག་གི་མིང་གི་བ་བདུན་ནི་གཞན་གཞོད་དང་། ཡིད་ཀྱི་མིང་གི་བ་གསུམ་  
 ནི་དེའི་གཞིར། ། ཡང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་གཞན་གཞོད་  
 དང་། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་དེའི་གཞི་སྟེ། དཔེར་ན་བཅས་  
 རྒྱང་ས་བརྟེན་བལ་བཞེན་ནས་སྟོག་བཅད་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུར། ། འདི་ལ་  
 གཞན་དོན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པ་མེད་དོ་ཞེས་པ་ནི། ཤེས་རབ་འདི་ལ་  
 བཞེན་ནས་གདུལ་བྱ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ལ་ལ་འགོད་རྒྱལ་འདིར་དངོས་སུ་བཤད་  
 པ་མེད་པས་གཞན་དོན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པ་བསྐྱབ་རྒྱལ་འདིར་དངོས་སུ་  
 བཤད་པ་མེད་ཅེས་པ་རོ། ། གཞན་གྱི་དོན་ནི་རང་གི་དོན་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་པ་ནི། སར་ཕྱིན་རྒྱལ་གི་སྟོན་ས་གཞན་གྱི་དོན་སྐྱབ་པ་འདི་ནི་རང་གི་  
 དོན་མ་ཆང་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པ་རོ། ། ཐེག་ཆེན་མཐའ་དག་



འདིར་ཟད་དོ། ། ཞེས་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ཐམས་ཅད་  
 འདིར་འདུས་ཞེས་པ་ལོ། ། དེ་ལྟ་ན་རྟོན་ཕུན་སུམ་ཚྏགས་པ་ཞེས་སྟགས་  
 གྱིས་གྲངས་ངེས་རྒྱག་གི་དོན་བསྟུ་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་རྟོན་ཕུན་སུམ་ཚྏགས་པ་  
 རི་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྟོན་དང་། རང་དང་གཞན་གྱི་  
 དོན་ཡོངས་སུ་ཚྏགས་པ་རི་འདྲ་བ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རང་བཞིན་  
 གཉིས་ཀའི་དོན་དང་། གཞན་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་པ་དང་། ཐེག་  
 པ་གང་ལ་གནས་ནས་བསྐྱབ་པའི་ཐེག་ཆེན་དང་། ལམ་མམ་ཐབས་གྱི་  
 རྣམས་པ་རི་སྟེན་པ་དང་ལྟན་པའི་ཐབས་དང་། བསྐྱབ་པ་གང་བསྐྱབ་པའི་  
 བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ཚྏགས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟེན་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་པར་བྱེན་རྒྱག་པོ་འདི་ཉིད་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། པར་བྱེན་  
 རྒྱག་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྟོམ་ཡིན་པའི་  
 ཚུལ་ལ་ངེས་པ་ཆེན་པོ་མ་རྟེན་གྱི་བར་དུ་བསམ་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ།  
 གཉིས་པ་སྟོབ་དཔོན་སེང་བཟང་ལྷགས་ལ། མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་  
 གྲངས་ངེས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་འགྱུབ་པའི་གཞིའི་གྲངས་ངེས།  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་གྲངས་ངེས་གསུམ་མོ། ། འཁོར་བ་ལས་མི་  
 འདའ་བའམ་མི་འཕགས་པ་ནི། བྱིམ་ལས་མི་འདའ་བའམ་མི་འཕགས་  
 པ་ལོ། །

དང་པོ། རང་རྒྱུད་སྒྲིན་ཕྱེད་པར་ཕྱིན་བྱུག་ལ་  
བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་བཟུན་པ།

སྒྱུད་པ་སྒྲིལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་གཞིས། རང་རྒྱུད་སྒྲིན་ཕྱེད་པར་  
ཕྱིན་བྱུག་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་དང་། གཞན་རྒྱུད་སྒྲིན་ཕྱེད་བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་  
བཞི་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། ། འདི་ལ་རྩོམ་ཆེན་པོས། ཀླུ་ཡེད་མ་པས་བྲིས་  
ན་ཤིང་དང་འདྲ་བས་གཡོ་མེད་དྲང་པོར་སྤྲང་། ། ཆེ་འདིའི་བདེ་སྤྱུག་སྒྲ་  
མའི་ལས་ལས་བྱང་བས་གཞན་ལ་གྱུད་མི་བདེ། ། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་  
སྤྲུམ་པའི་ཕྱིན་རྒྱབས་ལགས་པས་དྲིན་དུ་གཞོ་བར་མཛོད། ། རང་རྒྱུད་མ་  
བྱུལ་བར་དུ་གཞན་རྒྱུད་མི་བྱུལ་བས་ན་ཐོག་མར་རང་རྒྱུད་བྱུལ་། །  
མཛོད་ཤེས་མེད་པར་གཞན་དག་སྒྲིན་པར་མི་རུས་པས་ན་བསྐྱབ་ལ་བཙོན་  
པར་མཛོད། ། བསགས་བའི་ནོར་རྒྱལས་བཞག་ནས་འགྲོ་བར་ངེས་པས་  
ནོར་ཕྱིར་སྤྲིག་མ་གསོག། ། ལོངས་སྒྱུད་གཡེང་བ་འདི་ལ་སྒྲིང་པོ་མེད་པས་  
སྒྱིན་པ་ཡོན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ཐོངས། ། ཆེ་འདིར་མཛོད་ཤིང་ཕྱི་མར་བདེ་  
བསཏྱག་དུ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱུ་དག་སྤྲངས། ། སྒྲིགས་མའི་དུས་ན་ཞི་སྤང་  
བདོ་བས་ཁྱོ་མེད་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་གྱུན། ། ལེ་ལའི་དབང་གིས་ད་དྲང་  
ལུས་པས་བསྐྱབ་པའི་བཙོན་འགྲུས་མེ་ཉྱར་སྤྲང་། ། ཡོངས་མ་ལམ་དུ་མི་  
ཆེ་བཟོད་པས་ད་ནི་བསམ་གཏན་བྱ་བར་རན། ། ལོག་ལྟའི་དབང་གིས་  
གནས་ལུགས་དོན་མི་རྟོགས་པས་ཡང་དག་དོན་ལ་གཞིག། ། གྲོགས་དག་  
འཁོར་བའི་འདམ་ཇུ་འདི་ན་སྒྱུད་མེད་ཐར་པའི་སྐྱམ་སར་གཤེགས། །  
སྤྲུམ་པའི་གདམས་དག་ཚུལ་བཞིན་སྐྱེམས་ལ་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཚུ་བོ་



སྒྲིམས། ། རང་གི་སེམས་ལ་ཆོངས་དང་ཁ་ཆོག་མེན་གྱིས་གྲོས་ལ་གསན་  
 པར་རིགས། ། དེ་ལྟར་མཛད་ན་བདག་ཀྱང་དགའ་ལ་རང་གཞན་ཀྱང་  
 ཡང་སྤྱོད་པར་མཆིས། ། ཆོངས་པ་བདག་གི་གདམས་ངག་འདི་ལ་བྱིད་  
 གྱིས་ཅིས་ཀྱང་གསན་པར་བྱ། ། ཞེས་དང་། བཤམས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེས་  
 རྒྱུ་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། སེམས་ཅན་མཐའ་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་  
 ལས་སྤྱོད་པར་འདོད་པའི་བཙེ་བ་དང་ལྟན་པ་ནམས་ནི་རང་ཉིད་མ་གྲོལ་  
 བར་གཞན་སྤྱོད་མི་རུས་པར་མཐོང་སྟེ། བདག་ཉིད་གྱིས་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པ་ཐོབ་པར་བྱས་ཏེ། གདོད་འགྲོ་བ་ནམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །  
 སྤམ་དུ་སེམས་བསྤྱོད་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་རང་ཉིད་ཀྱི་  
 སྤྱད་བསྐྱེད་ཞི་བའི་ཐབས་ནམས་ལ་ནི་མདོན་པར་སྦྱར་བར་མཛད་དེ།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་གཞིམ་པར་བཞེད་པའི་སྒྲིམ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་རང་རྒྱུད་  
 སྤོན་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ལ་པར་བྱིན་དུག་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་སེམས་ནམས་ཀྱི་བྱ་བ་ནི་རང་གི་རྒྱུད་སྤོན་པར་  
 བྱེད་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྒྱུད་སྤོན་པར་བྱེད་པ་གཉིས་སུ་ངེས་པས།  
 རང་རྒྱུད་སྤོན་བྱེད་པར་བྱིན་དུག་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། གཞན་རྒྱུད་སྤོན་  
 བྱེད་བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་བསྐྱབ་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ལ། དེ་  
 ཡང་གཞན་འདུལ་བ་ལ་རང་རྒྱུད་སྤོན་པ་སྤོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་པར་བྱིན་  
 དང་བསྐྱབ་བཞིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གོ་རིམ་ཡང་ངེས་སོ། ། འོ་ན་པར་བྱིན་  
 དུག་གི་ནམ་གཞག་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ཡང་མདོ་སྟོན་གྱི་ལས།  
 གངས་དང་དེ་ཡི་མཚན་ཉིད་གོ་རིམ་དང་། ། ངེས་པའི་ཆོག་དང་ཡོན་

ཏན་གོམས་བྱ་དང་། ། དེ་དག་རབ་དབྱེ་བ་ལྟ་དང་མི་མཐུན་ཕྱགས། །  
 ཡོན་ཏན་པན་ཚུན་རྣམ་ངེས་ཡིན་ཞེས་བྱ། ། ཞེས་རྣམ་པ་བཅུ་ལྔ་སྟོན་སྟེ་  
 བཤད་དེ། དང་པོ་གྲངས་ངེས་ལ་རྟུག་ལས། མངོན་མཐོ་ལ་བལྟས་  
 པའི་གྲངས་ངེས་ནི། མདོ་སྒྲེའི་རྒྱན་ལས། ལྷངས་སྟུང་དང་ལྷངས་ལྷན་  
 ལྷམ་ཆོགས་པ་དང་། ། ལྷོར་ཚོམ་ལྷན་ལྷམ་ཆོགས་པ་མངོན་མཐོ་དང་།  
 ཏྲག་ཏུ་ཉོན་མོངས་དབང་ཉིད་མི་འགྲོ་དང་། ། བྱ་བ་རྣམས་ལ་ཐྱིན་ཅི་མ་  
 ལོག་པ་ལོ། ། ཞེས་པ་ལྟར་རོ། ། དོན་གཉིས་སྒྲུབ་པ་ལ་བལྟས་པའི་  
 གྲངས་ངེས་ནི། སེམས་ཅན་དོན་ལ་རབ་བཙོན་པ། ། གཏོང་དང་མི་  
 གཞོད་བཙོད་པས་བྱེད། ། གནས་དང་གྲོལ་བ་གཞིར་བཅས་པས། །  
 རང་དོན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྟུང་། ། ཅེས་སོ། ། གཞན་དོན་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་པ་རྫོགས་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་བལྟས་པའི་གྲངས་ངེས་ནི། མི་  
 སྤངས་པ་དང་རྣམ་པར་མི་འཆོ་དང་། ། རྣམ་འཆོ་བཙོད་དང་བྱ་བས་མི་  
 སྟུང་དང་། ། དགའ་བྱེད་ལེགས་པར་བརྗོད་པ་དེ་ཡི་ཐུར། ། གཞན་གྱི་  
 དོན་ནི་རང་གི་དོན་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པ་ལྟར་རོ། ། ཐེག་ཆེན་ཐམས་  
 ཅད་སྟུང་པ་ལ་བལྟས་པའི་གྲངས་ངེས་ནི། ལྷངས་སྟུང་མངོན་པར་མི་  
 དགའ་དང་། ། རབ་གྲུས་གཉིས་ལ་མི་སྟུང་དང་། ། རྣལ་འབྱོར་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ། ། ཐེག་ཆེན་མཐའ་དགའ་འདིར་བད་དོ། ། ཞེས་པ་ལྟར་  
 རོ། ། ལམ་མམ་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་དབང་དུ་མཛད་པའི་  
 གྲངས་ངེས་ནི། དུམ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཆགས་ལམ། ། དེ་ཐོབ་རྣམ་  
 གཡེང་སྟོམ་པ་གཞན། ། སེམས་ཅན་མི་གཏོང་འཕེལ་བ་དང་། ། རྒྱུ་  
 པ་རྣམ་པར་སྟུང་བ་གཞན། ། ཞེས་པ་ལྟར་རོ། ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་



བཏྲུམ་པའི་གངས་ངེས་ནི། བསྐྱབས་གསུམ་དབང་དུ་མཛད་ནས་ནི། །  
 རྒྱལ་བས་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་དུག ། ཡང་དག་བཤད་དེ་དང་པོ་གསུམ། །  
 བ་མ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པ་གཉིས། ། གཅིག་ནི་གསུམ་ཆར་ལ་ཡང་གཏོགས།  
 ཞེས་པ་ལྟར་རོ། ། གཉིས་པ་མཆོན་ཉིད་ནི། སྤྱིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན།  
 མི་མཐུན་ཕྱོགས་སེར་སྒྲ་ཉམས་པ། སྒོགས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱིས་བྲིན་པ། བྱེད་ལས་སེམས་ཅན་གྱི་འདོད་པ་རྫོགས་པ། འབྲས་བུ་  
 སེམས་ཅན་ཐེག་པ་གསུམ་གང་རུང་གི་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་པའི་བྱེད་པར་  
 བཞི་དང་ལྟན་ཏེ། རྒྱན་ལས། སྤྱིན་པ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉམས་དང་།  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ལྟན། ། འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་རྫོགས་བྱེད།  
 སེམས་ཅན་རྣམ་སྤྱིན་བྱེད་རྣམ་གསུམ། ། ཞེས་གསུངས། ལྷག་མ་  
 རྣམས་ལ་ ཡང་ རིམ་པ་ ལྟར་ མི་མཐུན་ཕྱོགས་ རྒྱལ་ འཆམ་ ཉམས་ པ།  
 གཞོད་ སེམས་ ཉམས་ པ། ལེ་ལོ་ ཉམས་ པ། རྣམ་གཡིང་ ཉམས་ པ།  
 ཤེས་འཆམ་ ཉམས་ པ་ ཞེས་ སྒྱུར་ ཞིང་། ཆོས་ ལྷག་མ་ གསུམ་ པོ་ སྤྱིན་ པ་  
 བཞིན་ཡིན་ལ། ལྷང་ཡང་། རྒྱལ་བྱིམས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉམས་དང་།  
 ཞེས་སྒྲགས་ཀྱན་ལ་སྒྱུར། གསུམ་པ་ཕྱིན་དུག་གི་གོ་རིམ་ངེས་པ་ནི། སྒྲ་  
 མ་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྒྲེ་བ་དང་། སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་དམན་ཅིང་།  
 ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་མཆོག་དུ་གནས་པ་དང་། སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་སྒྲུབ་སྒྲ་བས་རགས།  
 ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྒྲུབ་དཀའ་བས་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱན་ལས། སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་  
 ཕྱི་མ་སྒྲེ། ། དམན་དང་མཆོག་དུ་གནས་ཕྱིར་དང་། ། རགས་པ་དང་  
 བྲི་སྒྲ་བའི་ཕྱིར། ། དེ་དག་རིམ་པར་བསྟན་པ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ཕྱིན་དུག་གི་ངེས་ཆོག་ནི། དབུ་ལ་བ་འདོར་བར་

བྱེད་པས་སྦྱོན་པ་དང་། ཚུལ་འཆལ་གྱི་ཚ་གདུང་ནི་བར་བྱེད་པས་ཚུལ་  
 བྱེད་པས་སྦྱོན་པ་དང་། སྦྱོན་པ་བྱེད་པས་བྱེད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མཆོག་ལ་  
 སྦྱོར་བས་བཅོམ་འབྱུང་དང་། ཡིད་དམིགས་པ་ལ་ཆེ་གཅིག་དུ་འཛིན་  
 པས་བསམ་གཏན་དང་། རོན་དམ་པ་ཤེས་པས་ཤེས་རབ་ཅེས་བཅོམ་དོ།  
 སྦྱོན་སྒྲིག་གི་སྐད་དོད་ལ། སྤྱོད་ཅེས་ཆོག་གིས་སྤྱོད་ལ་རི་ཉི་བསྒྲུབ་པས་  
 སྤྱོད་ལ་རི་ཉི་དབུལ་བ་དང་། བ་བ་སེལ་བ་སྟེ། དབུལ་བ་སེལ་བ་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་བྱེད་པས་སྦྱོན་པ་ལ་རི་ཉི་བསེལ་བ་དང་། ལ་སྟོབ་པ་སྟེ།  
 རྒྱུད་བསེལ་བ་སྟོབ་པ་དང་། བཅོམ་པའི་མཆོའི་མོ་ཆ་འབྱུག་པ་དང་།  
 མཆོའི་བཞེས་པས་འབྱུག་པ་ཞི་བ་དང་། བཅོམ་པས་སྦྱོན་པའི་བྱེད་པའི་བྱེད་  
 མཆོག་དང་། ཡི་ཡུལ་ལ་ཉེ་ཡུལ་སྦྱོར་བ་དག་པ་མཆོག་ལ་སྦྱོར་བ་དང་།  
 བསམ་གཏན་གྱི་རྒྱ་ནུའི་རྒྱ་རྒྱ་འཛིན་པ་དང་། མ་ན་ཡིད་དེ་ཡིད་འཛིན་  
 དང་། སྤྱོད་པའི་བར་མཆོའི་དམ་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱ་ཤེས་པ་སྟེ། རོན་དམ་  
 པ་ཤེས་པ་ཞིས་བཤད་པའི་བྱེད་པས་སྦྱོན་པས་ དབུལ་བ་འདོར་བར་བྱེད་པ་  
 དང་། ། བསེལ་བ་སྟོབ་དང་སྦྱོན་དང་། ། མཆོག་སྦྱོར་བ་དང་ཡིད་  
 འཛིན་དང་། ། རོན་དམ་ཤེས་པའི་བྱེད་པས་ཤད་དོ། ། ཞེས་སྟེ། ། ལུ་པ་  
 བསྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནམ་ཚུལ་དུག་ནི། རྒྱ་རྒྱ་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲུབ་པ།  
 བྱེད་དུག་ལ་སྦྱོར་བ་ལྟ་བུ་དངོས་པོ་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲུབ་པ། བཅོམ་པས་  
 བསམ་པས་སྦྱོར་བ་ལྟ་བུ་ཡིད་བྱེད་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲུབ་པ། རོན་དམ་པས་  
 བསམ་པས་སྦྱོར་བ་ལྟ་བུ་བསམ་པ་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲུབ་པ། འཁོར་གསུམ་དུ་  
 མཆོག་པའི་སྦྱོར་བ་ལྟ་བུ་ཐབས་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲུབ་པ། ཡོན་ཏན་སྦྱོར་  
 བྱེད་ནས་བྱེད་དུག་ལ་སྦྱོར་བ་ལྟ་བུ་དབང་འཕྱོར་པ་ལ་བཞེན་ནས་བསྒྲུབ་པ་



རྣམས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱན་ལས། ཐམས་ཅད་བསྒྲིམ་པ་དངོས་པོ་  
 དང་། ། དེ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། ། བསམ་པ་དང་ནི་ཐབས་དག་  
 དང་། ། དབང་འཕྱར་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད། ། ཅེས་གསུངས།  
 རྟུག་པ་རབ་དབྱེ་ནི། རྒྱན་པ་ལ་ཆོས་ཟང་ཟིང་མི་འཇིགས་པའི་རྒྱན་པ་གསུམ།  
 ཚུལ་བྱིམས་ལ་ཉེས་སྤྱད་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས། དགོ་བའི་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་  
 བྱིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་གསུམ། བཟོད་པ་ལ་གཞོན་  
 བྱེད་ལ་ཇི་མི་སྒྲིམ་པའི་བཟོད་པ། རྟུག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ། ཆོས་  
 ལངས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པ་གསུམ། བཙོན་འགྲུས་ལ་གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས།  
 སྦྱར་བའི་བཙོན་འགྲུས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བཙོན་འགྲུས་གསུམ།  
 བསམ་གཏན་ལ་རྟོག་བཅས་དཔྱད་བཅས་ཀྱི་བསམ་གཏན། རྟོག་པ་མེད་  
 ཅིང་དཔྱད་པ་ཅམ་གྱི་བསམ་གཏན། རྟོག་མེད་དཔྱད་མེད་ཀྱི་བསམ་གཏན་  
 གསུམ། ཤེས་རབ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་རབ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་ཤེས་རབ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་ཤེས་རབ་གསུམ་དུ་ཡོད་  
 ཏོ། ། རྒྱན་ལས། ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་མི་འཇིགས་གཏོང་། ། རྒྱན་པ་དེ་  
 འདྲར་ཡོངས་ཤེས་ནས། ། ཞེས་པ་ནས། ཤེས་རབ་དེ་འདྲར་ཡོངས་ཤེས་  
 ནས། ། མཁས་པ་ཡང་དག་སྟེན་པར་བྱེད། ཅེས་པའི་བར་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། བདུན་པ་བསྟུ་བ་ནི། རྣམ་པར་གཡོངས་བའི་དགོ་བ་དང་།  
 མཉམ་པར་བཞག་པའི་དགོ་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀའི་ཆར་གཏོགས་པའི་དགོ་  
 བ་གསུམ་དུ་འདུས་ཏེ། བར་ཕྱིན་དང་པོ་གཉིས་རྣམ་པར་གཡོང་བའི་དགོ་བ་  
 དང་། ཕྱིམ་གཉིས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་དགོ་བ་དང་། བཟོད་པ་དང་  
 བཙོན་འགྲུས་གཉིས་དེ་གཉིས་ཀའི་ཆར་གཏོགས་པའི་དགོ་བས་བསྟུས་པའི་ཕྱིར་

ཏེ། རྒྱལ་ལས། དཀར་པོའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་དང་། །  
 མཉམ་པར་བཞག་དང་གཉིས་ཀར་ཤེས་པར་བྱ། ། ས་རྩལ་ཕྱིན་པ་གཉིས་  
 དང་ནི། ། གཉིས་དང་གཉིས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྦྱང་། ། ཅེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། བརྒྱད་པ་མི་མཐུན་ཕྱགས་དང་བྲལ་བའི་བྱད་པར་ནི། ས་རྩལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པ་རྒྱག་པོ་རེ་རེ་ཡང་། མི་མཐུན་ཕྱགས་ཆགས་པ་བདུན་བདུན་དང་བྲལ་  
 བཡིན་ཏེ། རྒྱལ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྱིན་པ་ནི། ། མ་ཆགས་  
 མི་ཆགས་ཆགས་པ་མེད། ། ཆགས་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། ། མ་ཆགས་མི་  
 ཆགས་ཆགས་པ་མེད། ། ཅེས་པ་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཤེས་རབ་  
 ནི། ། མ་ཆགས་མི་ཆགས་ཆགས་པ་མེད། ། ཆགས་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 མ་ཆགས་མི་ཆགས་ཆགས་པ་མེད། ། ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཤིང་། དེ་  
 ཡང་སྒྱིན་པ་ཏུ་བྱུང་ལ་མ་ཆོན་ན། ཡོངས་སྦྱང་ལ་མ་ཆགས། ཕྱི་བཤོལ་ལ་མི་  
 ཆགས། དེ་ཅུམ་གྱིས་ཆོག་པར་འཛིན་པ་ལ་ཆགས་པ་མེད། ལན་ལ་རེ་བ་  
 ལ་ཆགས་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན། རྣམ་སྒྲིན་ལ་མ་ཆགས། མི་མཐུན་ཕྱགས་ལ་  
 མི་ཆགས། རྣམ་པར་གཡེང་བ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་བཅས་པ་རྣམས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགྲ་པ་ས་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྒྱག་པོ་ཡང་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་  
 བཞི་བཞི་དང་ལྟན་པ་ནི། གྲངས་མང་བས་རྒྱ་ཆེ་བ། ཀྱན་སྦྱང་ཟང་ཟིང་  
 མེད་པ། འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པས་དོན་ཆེ་བ། ལྷག་མེད་ཏུ་ཡང་མི་  
 ཟད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱལ་ལས། རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ཟང་  
 ཟིང་མེད། ། དོན་ཆེ་བ་དང་མི་ཟད་པ། ། སྒྱིན་ལ་སྤྲུགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་བཞིར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས། བརྒྱ་པ་ཕྱིན་རྒྱག་པ་ན་  
 རྒྱུ་རྣམ་པར་ངེས་པའི་བྱད་པར་དང་ལྟན་པ་ནི། ། རེ་རེ་ལའང་རྒྱག་རྒྱག་ཏུ་



དབྱེར་ཡོད་པ་དང་། སར་ཕྱིན་རྒྱལ་དང་། དེ་བཟོན་བྱུང་བྱེད་པའི་གསུང་  
 རབ་རྒྱུ་ལས་བཟོན་བྱུང་བྱེད་རྒྱུ་བསྐྱེད་པ་དང་། སར་ཕྱིན་རེ་རེ་ལའང་  
 གཞན་ལྷ་ལྷ་འབྱུག་པའི་རྒྱུ་མཆོན་རྒྱུ་ལས་སུ་ཆུན་རྒྱུ་ལས་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། རྒྱུ་ལས། སུན་ཆུན་བསྐྱེད་ཕྱིར་རབ་དབྱེད་ཕྱིར། ། ཆོས་ཉིད་  
 ཕྱིར་དང་རྒྱུ་མཆོན་ཕྱིར། ། སར་ཕྱིན་རྒྱལ་རྒྱུ་ལྷ་ཏེ། ། རྒྱུ་ལས་  
 ངེས་པར་ཤེས་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས། སར་ཕྱིན་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེད་ཆུང་  
 ཡོད་དེ། ལན་དང་རྒྱུ་མཆོན་ལ་རེ་བ་མེད་པ་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་རྒྱུ་བསྐྱེད་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུ་ལས། རེ་བ་མེད་པའི་རྒྱུ་པ་དང་། ། ཡང་སྤྱི་མི་  
 འདོད་ཆུང་ཁྱེད་པའི་དང་། ། ཐམས་ཅད་ལ་ཞི་བཟོན་པ་དང་། ། ཡོན་ཏན་  
 གྲུ་འབྱུང་བཟོན་འབྱུང་དང་། ། དེ་བཞིན་བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་མིན།  
 ཤེས་རབ་ཐབས་དང་ལྷན་པ་ནི། ། སར་ཕྱིན་པ་རྒྱལ་པོ་ལ། ། བཞེན་པ་  
 རྒྱུ་ལས་ཀྱིས་ཡང་དག་སྒྲུར། ། ཞེས་གསུངས། སར་ཕྱིན་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེད་པས་  
 པས། གནས་སྐྱེད་པ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་འབྱུང་བུ་གཉིས་གཉིས་ཀྱང་  
 འབྱུང་བྱེད། རིན་ཆེན་ཐོང་བ་ལས། རྒྱུ་ལས་ལོངས་སྤྱོད་ཁྱེད་ཀྱིས་བདེ།  
 བཟོན་པས་མཛད་སྤྱོད་ལྷན་བཟོན་པས་བཟོན། ། བསམ་གཏན་གྱིས་ཞི་སྒྲོ་ཡིས་  
 སྒྲོ་ལ། ། སྤྱིང་བཞེན་པས་ནི་དོན་གྲུ་འབྱུང་། ། བདུན་པོ་འདི་དག་མ་ལུས་  
 པ། ། ཅིག་ཅར་སར་ཕྱིན་པ་ཡིན། ། ཡེ་ཤེས་བསམ་མི་བྱུང་པའི་ཡུལ།  
 རྒྱུ་ལས་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཉིད་ཐོབ། ། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 རྒྱུ་ལས་ཉམས་སྤྱོད་པའི་སྐྱེད་པས། སར་ཕྱིན་རྒྱལ་ལྷན་དང་། དམ་པ་རྒྱལ་  
 ལྷན་དང་། མགོན་པོ་ཞི་བ་ལྷན་བསྐྱེད་པ་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་མན་ངག་ལྷན་བཏང་བསྐྱེད་  
 དག་སྤྱི་ལ་བཞི་རེ་ཞི་སྒྲོ་རྒྱུ་ལས་ཉམས་སྤྱོད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སར་ཕྱིན་





གྱི་སེམས་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ལུས་ངག་གི་ཉེས་སྦྱང་མཐའ་དག་བསྐྱང་  
 དགོས། དེམ་བསྐྱངས་ན་ཚུལ་བྱིམས་ཁ་རལ་སྒྲ་རལ་ལ་སོང་ན་ངན་འགྲིའི་  
 ལུག་བསྐལ་སོགས་སྦྱང་དགོས་པ་ཡིང་། དེའི་ཆེ་གཞན་གྱིས་ཆོག་ངན་དང་།  
 ལུས་ངག་གིས་རྣམ་འགྱུར་ངན་པ་སོགས་བྱུང་ན་དེ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་མེད་པའི་བཟོད་པ་  
 ཞིག་དགོས། དེམ་བྱུང་ན་ཁོང་ཁྱོས་དགོ་ཚུ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་འགྲོ། དེའི་  
 ཆེ་བཅོམ་འགྱུས་དུག་པོས་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་བསྐྱུབ་དགོས། དེམ་བྱས་ན་  
 སང་བྱེད་གནངས་བྱེད་སོགས་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་སོང་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བའི་  
 དུས་མི་འོང་། སྦྱིན་པ་བཏང་བའི་མན་ཡོན་དང་མ་བཏང་བའི་ཉེས་དམིགས་  
 བསམས་ནས་ཉེས་སྦྱང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་ཅེ་གཅིག་དུ་  
 བསྐྱིམ་པའི་བསམ་གཏན་དགོས། དེམ་བྱས་ན་རྣམ་གཡེང་གི་རྒྱན་པོས་དགོ་  
 བའི་ནོར་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་ཉོན་ཡིད། དེའི་ཆེ་སྤང་དོར་བྱ་རྒྱ་འདི་དང་འདི་  
 ཞེས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་དབྱུང་ནས་འཇུག་དགོས། དེམ་བྱས་ན་  
 སྤང་དོར་བྱ་ཅི་ལྟ་དུ་འགྲོ་ཉོན་ཆེ་བ་དང་། ལྷག་པར་སྦྱིན་པའི་འཁོར་  
 གསུམ་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པ་སྦྱང་པ་ཉིད་གྱིས་རྒྱས་ཐེབས་པ་དགོས། དེ་  
 མ་བྱུང་ན་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱར་བ་རྣམ་དག་དུ་མི་འགྲོ་བས་སྦྱིན་པ་ཆེ་སྤྲུལ་གང་  
 བྱས་ཀྱང་མར་བྱིན་དུག་ལྡན་དུ་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། འདིས་གཞན་ཚུལ་བྱིམས་  
 སོགས་ལྷག་མ་ལུ་ལའང་སྦྱར་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱའོ། ར

སྦྱིན་པ་གཏོང་བའི་ཆེ་དམ་པ་དུག་ལྡན་དུ་བྱ་ཚུལ་ལ། ཉོན་དམ་པ་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱིས་བློ་བཞུགས་པ་དང་། དངོས་པོ་དམ་པ་ནི། བདག་གིས་ལོངས་  
 སྦྱང་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་ཆོར་བས། ད་རེས་  
 དམིགས་བསལ་འདི་གཏོང་སྒྲུལ་པ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་འདོད་ཀྱིས་གཏོང་བ། ཐབས་མཁས་  
 པ་དམ་པ་ནི། རང་བཞིན་མེད་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པ། བསྟོ་བ་  
 དམ་པ་ནི། བཏང་བའི་དགེ་ཅུ་རྣམས་རྟོགས་ཕྱད་དུ་བསྟོ་བ། རྣམ་དག་  
 དམ་པ་ནི། གཅེས་འཛིན་འདུལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་དང་། བདག་འཛིན་  
 འདུལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་གཉིས་ཀྱིས། རང་གཅེས་འཛིན་དང་། བདག་  
 འཛིན་གཉིས་དག་པར་བྱེད་པའོ། ། དེས་གཞན་ལྷ་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ།  
 རྣམ་ནི། རྟོན་དང་དངོས་པོ་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དང་། ། ཐབས་མཁས་བསྟོ་བ་  
 རྣམ་དག་དམ་པ་དུག ། ཅེས་སོ། ། པར་བྱིན་དུག་པོ་རེ་རེ་ལ་བཏང་  
 བསྟུང་དག་སྤེལ་བཞི་བཞིའི་སྟོ་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། དེའི་ཚུལ་ཡང་  
 སྦྱོན་པ་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་ན། རང་གི་ལུས་ཞི་ཐག་པ་རྣམས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་བཏང་། དེ་བཏང་བའི་དགེ་ཅུ་ཁོང་ཁྱོད་ལྷ་སྟོགས་ལས་བསྟུང་།  
 དེ་ཡང་འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པས་རྒྱས་བཏབ་སྟེ་དག་པར་བྱ། དེ་ཡང་  
 རྣམ་མཁའི་མཐས་བྱབ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲེལ་མེད་ཕྱད་ཚུབ་ཐོབ་པའི་  
 རྒྱར་བསྟོས་ཏེ་མང་པོར་སྤེལ་བ་སྟོགས་བྱིམ་ལྷ་ལ་ཡང་འདྲ། ༥

སྦྱོན་པ་ལ་བསྟུབ་ཚུལ་ལ། རྟོན་ཉམས་མགུར་ལས། སྦྱོན་པ་འགྲོ་  
 བའི་རེ་སྐྱང་ཡིད་བཞིན་ནོར། ། སེར་སྤྱིའི་མདུད་པ་གཅོད་པའི་མཆོན་ཆ་  
 མཆོག ། མ་ཁུམ་སྟོང་སྟོབས་སྟོད་པའི་རྒྱལ་སྤྲེལ་སྟོད། ། སྟོན་ཐར་འདོད་  
 བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྟུང་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ལ་གཏོང་  
 བའི་སེམས་པ། སྦྱོན་པའི་མཆོན་ཏིང་། གཏོང་བའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་  
 ལྷན། སྦྱོན་པའི་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་ངོ་བོ། ། གཏོང་བའི་སེམས་པ་  
 གོམས་པ་མཐར་བྱིན་པ་ན་སྦྱོན་པའི་པར་བྱིན་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། ། སེམས་



ཅན་ལ་བདར་བ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་སྟེར་བའམ་སྦྱིན་པ་འདྲིན་ཡིན། འཆི་  
 བདག་བཞུགས་པས་སྤང་ནི། འཆི་བདག་གི་བཞུགས་པ་ཤུགས་ཅན་གྱིས་རང་  
 དབང་མེད་པར་བྱེད་ཏེ་སྤང་བའོ། ། སྤོང་པ་སྤང་བར་བྱས་ན་གཟུངས་སུ་  
 འགྱུར། ། ཞེས་པ་ནི། ཡུལ་ནོར་ཡོ་བྱད་ལ་སྤོང་པ་སྤང་བར་བྱས་ན་ཆོ་སྦྱབ་  
 པའི་གཟུངས་སུ་འགྱུར་ཏེ། ཆོ་སྤང་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ནི་སྤྲོག་གཅོད་པ་ཡིན་  
 ལ། སྤྲོག་གཅོད་པའི་རྒྱ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལ་ཤུགས་པའི་བྱེད་ཅེས་པ་འོ།  
 ཆབས་ཅིག་པ་ནི། ལྷན་ཅིག་པའམ་འདྲ་བ་ལ་འང་བཤད། འཇུངས་པ་ནི།  
 སེར་སྒྲ། སྤོང་པ་ནི། དགའ་བ། འདི་དག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་དོན་ནི།  
 བོར་ཡོ་བྱད་འདི་དག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་བྱེད་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ་འདི་  
 རྣམས་ལ་བདག་གི་ཡིན་སྟེངས་པའི་རྒྱལ་ལམ་འཛིན་པ་བདག་ལ་མེད་པ་དེ་འདྲ་  
 བའི་མེད་ཏུ་བྱུང་བའི་རྣམ་རྟོག་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་བསྐྱེད་པ་དང་། རྟོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི་སྦྱིན་པའི་ཕར་བྱེད་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་  
 ཡིན་ལ། སྦྱིན་པའི་ཕར་བྱེད་གྱི་ཉམས་ལེན་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བྱུང་རྒྱུ་  
 སེམས་དཔའ་ཞེས་སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཡོད་པ་སྦྱོས་བུ་  
 མཆོག་གིས་གསུངས་ཞེས་པ་འོ། ། ལྷ་བ་ནི། ལམས་ཉོག་པའམ་ལམས་  
 འབྲུགས་ནས་དྲན་པ་ཉམས་པ། ཉན་རང་གི་ཡིད་བྱེད་ནི། རང་གཅིག་ལུ་  
 དུལ་བར་བྱའོ་སྟེངས་པ་ལྟ་བུ། ཐེག་དམན་དང་མ་འདྲེས་པའི་སེམས་ཆེ་གཅིག་  
 པ་ནི། ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་དང་མ་འདྲེས་པའི་རྣམ་མཁུན་ལ་སེམས་ཆེ་གཅིག་  
 པ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤོང་སྤོང་ཐར་པ་ནི། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྤོང་སྤོང་ཐར་  
 པའི་ཆོས་བཞི་བསྐྱབ་པའི་མདོ་སྟོན། ། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ནི་ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་  
 པ་བྱུང་བར་མ་གཞི་དངོས། ། ཞེས་པ་ལ། རབ་བྱུང་ལ་ཡོ་བྱད་འབད་མེད་ཏུ་

ཕྱང་ན་སེར་སྒྲ་མེད་པར་གཞན་ལ་གཏོང་། རང་གི་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ།  
 ཚུལ་ཁྱིམ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ཡལ་བར་དོར་ནས་མངས་སྤྱོད་བསྐྱབས་ཏེ་སྤྱོད་པ་བྱེད་པར་  
 མ་གཞན་ཉེ། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་སྤོང་གསུམ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་ནས་སྤྱོད་པ་  
 བྱིན་པ་ལས། ལམ་རིམ་ཐུན་གཅིག་བསྒྲིམས་པ་པན་ཡོན་ཆེ་བར་སྐྱབ་ཁང་  
 རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ནི། རང་ཉིད་ཆོས་  
 འཆད་པ་པོ་ལྟ་བུ་མིན་ཡང་བསམ་པ་ནམ་པར་དག་པས་གཞན་ལ་ཐོས་བསམ་  
 སྒྲིམ་གསུམ་བྱེད་ཚུལ་སྒྲིམ་སྤྱོད་མེད་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིབ་ཅིང་། ཉེས་སྤྱོད་ལས་  
 བསྒྲིག་པའི་ཐབས་སྤྱོད། རྒྱན་པར་ཡང་། མདོ་ལས། གང་ཞིག་གསེར་  
 མཆོག་ལ་གནས་མཆོར་དང་ལྟར་བཅས་གནོད་སྤྱོད་དང་། ། ཞེས་སྒྲིམ་  
 བཟོད་ལ་ལྟ་བུ་སྒྲིམ་སྤྱོད་དངས་ཏེ། ལྟ་ཡི་སྤྱོད་དང་ཞེས་སྒྲིམ་བཟོད་ལ།  
 ཕྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྤྱོད་པར་བཏོན་ཏེ། དེ་ནམས་ཀྱིས་དོན་གོ་ནས་  
 ས་ལམ་གྱི་རྒྱུ་གས་པ་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་པར་བསམ་མོ། ། མི་འཇིགས་པའི་སྤྱོད་པ་ནི།  
 སྤྱོད་པ་འཇིགས་པ་བརྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཏེ། འདིར་ནི་མི་  
 དང་། མི་མིན་དང་། འབྱུང་བའི་གནོད་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱབས་ཏེ་གསུངས་  
 ཤིང་། དེར་མ་འདུས་པ་ནི་མེད་ལ། རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ་སྒྲིམ་འཇིགས་པ་  
 ལས་སྤྱོད་ལུས་པ་ནམས་དངོས་སུ་དང་། མི་ལུས་པ་ནམས་ལ་སྤྱོད་རིམ་དང་།  
 སྤྱོད་ལམ་འདེབས་པ་སྒྲིམ་བུའོ། ། མི་མ་ཡིན་པའི་འཇིགས་པ་ནི། ཤ་  
 ཟའི་འཇིགས་པ་ཉེ། ཉེང་འོག་བར་གསུམ་གྱི་གདོན་བཞེགས་གྱི་གདོན་པ་  
 ལས་བཀའ་བསྒྲིམ་དང་སྤྱོད་འཁོར་བསྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་གྱིས་སྤྱོད་པའོ། ། འབྱུང་  
 བའི་གདོན་པ་ས་ཚུ་མི་རྒྱུད་གི་གདོན་པ་བྱུང་བ་ན་ཚུ་རྒྱུར་བྱེད་པ། ཆར་  
 འབེབས་པ་སྒྲིམ་གྱིས་སྤྱོད་པའོ། ། ཟང་ཟིང་གི་སྤྱོད་པ་ནི། རོ་བོ་ཆེན་



སྤྱི་ལོ། གྲོགས་དག་འདྲི་པ་ནམས་ལ་མྱ་ཚུ་འཁུངས་བཞིན་རྩོམས་པ་མེད་  
 བསམ་ཆོག་ཤེས་མཛོད། ། དྲགས་སྒྲིམ་ང་རྒྱལ་ཁེངས་བའི་སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་ལ་  
 ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བར་གྱིས། ། བསྐྱོད་ནམས་ཟེར་བའི་འདུ་འཛི་དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་  
 བར་ཆད་ཡིན་པས་སྤྲོད་སྤྱོད། ། རྟེན་དང་བཀྱར་ཏི་བདུད་ཀྱི་ཞགས་པ་ཡིན་  
 བས་སྤང་ཁའི་དོ་བཞིན་སྤྱོད། ། བསྐྱོད་དང་གྲགས་པའི་ཆོག་ནམས་སྤྱི་བྱིད་  
 ཡིན་པས་མཆིལ་སྤྱོད་བས་བཞིན་དུ་དོར། ། ད་ལྟའི་བདེ་སྤྱོད་གཉེན་གསུམ་  
 འཛོམས་ཡང་ཡུད་ཅེས་ཡིན་པས་རྒྱལ་དུ་སྤྱོད། ། འདི་བས་ཕྱི་མ་རིང་བས་ཕྱི་  
 མའི་རྒྱགས་ཕྱིར་ཁྱོད་ནམས་གཉེར་དུ་སྤྱོད། ། ཐམས་ཅད་ཐོར་ནས་འགྲོ་  
 བས་ཅིས་ཀྱང་བྱར་མེད་གང་ལ་འང་ཞིན་མེད་གྱིས། ། ཞིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཟང་ཟིང་བཏང་བའི་ཕན་ཡོན། མ་བཏང་བའི་ཉེས་དམིགས་སྤྱོད་བས་མས་  
 ལ་ཡོ་བྱད་གང་ཡོད་གཏོང་ཅི་རུས་སྤྱོད་གཏང། དེ་ཡང་ཟང་ཟིང་གཏོང་བ་ལ་  
 གསུམ་ལས། གཏོང་བ་ནི། ཁྱོད་ཡོ་བྱད་སྤྱོད་གཏོང་བའོ། ། གཏོང་  
 བ་ཆེན་པོ་ནི། བྱུང་ང་རྒྱུ་མ་སྤྱོད་གཏོང་བའོ། ། ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་ཆེན་  
 པོ་ནི། ལུས་དང་སྤྱོད་གཏོང་བའོ། ། ཟང་ཟིང་གི་སྤྱོད་པ་གཏོང་བའི་ཡུལ་  
 བྱི་བཅུ་ཉེ། དྲླ་གཉེན་བར་མ་སྤྱོད་དང་ཡོན་ཏན་ཅན། ། མཐོང་མཐོང་  
 མཉེས་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞིང་བཅུ། ། ཞིས་པ་ལྟར་ཡུལ་ལ་བྱུང་བར་མེད་  
 བར་ཐམས་ཅད་ལ་གཏང་དགོས་ཏེ། རྩོམ་ཆེན་པོས། ལྟ་དང་སྤྱོད་མའི་སྤྱོད་  
 ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་ཁས་སྤངས་ནས་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་ལ་བྱེ་བྲག་མ་  
 འབྱེད། ཡུལ་ལ་བྱེ་བྲག་ཡོད་ཀྱང་རང་གི་བྱུང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་སྤྱོད་པ་ལ་བྱེ་  
 བྲག་མེད་དོ། ། ཞིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་ཡིན་ན་སྤྱོད་ཡུལ་  
 ཡིན་པས་བྱུང་གྱང་། བཅུ་སྤྱོད་སྤྱོད་བྲག་པོ་འོག་དུ་གསུངས་པའི་བསམ་པ་

སྤྱི་ལ་བྱད་པར་མེད་ཀྱང་བྱེ་བྲག་པ་གཞོན་བྱེད་ལ་བྱམས་པའི་སེམས་ལ་སྒྲགས་པ་  
 དེ་དག་བསྒྲུལ་པའི་ཡུལ་སྐྱོད་ཅིན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། ། གཏོང་བའི་  
 བསམ་པ་ནི། སར་བྱེན་བསྐྱུས་པ་ལས། སྤྱང་བ་མཛོན་དུ་འོང་ན་རྒྱལ་སྤྱུས་  
 དེས། ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཚྲགས་ནི་སྤྱི་ལ་བའི་ཕྱིར། ། དེས་གཞན་འདུ་  
 ཤེས་བདག་ལ་བཞག་བྱས་ཤིང་། ། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདུ་ཤེས་དེ་ལ་  
 བསྐྱེད། ། ཅེས་པ་ལྟར། དགོས་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། དངོས་པོ་ལ་  
 དམིགས་པ་དང་། ཞིང་ལ་དམིགས་པ་གསུམ་དང་ལྟན་པར་བྱའོ། །  
 དངོས་པོ་རེ་རེ་གཏོང་བ་ལ། དགོས་པ་འདི་དང་འདིའི་ཕྱིར་བཏང་བར་བྱའོ་  
 ལྟམ་པའི་དགོས་པ་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་པ་རྒྱས་པར་ནི། ལག་བཟང་གིས་  
 བྱས་པ་དང་། སར་བྱེན་བསྐྱུས་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། ཞེས་པ་ལ།  
 ལག་བཟང་གིས་བྱས་པའི་མདོ་ལས། འདུན་པ་དྲག་པོ་དང་། དགའ་བ་  
 དྲག་པོ་དང་། དད་པ་དྲག་པོས་དེ་ཉུང་དུ་བདོག་ན་འང་ཉུང་དུ་སྒྱིན།  
 མང་དུ་བདོག་ན་ཡང་མང་དུ་སྒྱིན། བཟང་དུ་བདོག་ན་ཡང་བཟང་དུ་སྒྱིན།  
 ངན་པ་བདོག་ན་ཡང་ངན་པ་སྒྱིན། དེ་ཟས་འདོད་པ་རྣམས་ལ། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་སླ་ན་མེད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 བཏྱན་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཟས་སྒྱིན་ནོ། ། སྒྲིམ་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ནི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་བའི་སྟོབས་  
 ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲིམ་སྒྱིན་ནོ། ། གོས་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་དོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་བྲེལ་ཡོད་པའི་གོས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གོས་སྒྱིན་  
 ནོ། ། བཞིན་པ་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་དང་། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་སླ་ན་མེད་པ་



ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཞིན་པ་སྦྱོར་ནི། ། སྤྱི་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དྲི་བསྟུང་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་སྤྱི་སྦྱོར་ནི། ། མེ་རྟོག་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་མེ་རྟོག་སྒྲན་མེད་པ་  
 ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མེ་རྟོག་ནམས་སྦྱོར་ནི། ། བྱེ་མ་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་  
 སེམས་ཅན་ཉེས་པར་སྦྱོད་པའི་དྲི་ང་བའི་དྲི་མ་གཞིམ་པའི་སྟོབས་ཐོབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་བྱེ་མ་སྦྱོར་ནི། ། བྱུག་པ་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཉེས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། སྦྱོད་པའི་བྱུག་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་བྱུག་པ་སྦྱོར་ནི། ། གདུགས་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཉོན་མོངས་པའི་གདུང་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ནི་བའི་སྟོབས་ཐོབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་གདུགས་སྦྱོར་ནི། ། ལྷ་མ་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲན་མེད་པའི་བདེ་བ་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལྷ་མ་  
 སྦྱོར་ནི། ། མལ་ཆ་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷ་དང་  
 ཆོངས་པ་དང་འཕགས་པའི་གནས་པའི་མལ་ཆའི་བདེ་བ་སྦྱར་བའི་སྟོབས་ཐོབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མལ་ཆ་སྦྱོར་ནི། ། ལྷན་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོང་པོར་བདུད་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་སྦྱིབ་པ་བར་  
 དུ་གཅོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་བྱེད་པར་དཔའ་བའི་ལྷན་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 ལྷན་སྦྱོར་ནི། ། གནས་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོབས་  
 དང་། གནས་དང་། མགོན་དང་། དཔུང་གཉེན་དུ་གྱུར་པའི་ལུས་ཐོབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གནས་སྦྱོར་ནི། ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་རྩིང་བུ་ལྟ་བུའི་ལུས་  
 ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འཆོག་ཆས་སྦྱོར་ནི། ། མཆོན་དཔེ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་

མཚོད་རྟེན་རྣམས་ལ་རྒྱན་སྒྱུན་ནོ། ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ལྷའི་སྒྱུན་  
 མཐའ་ཡས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ལུན་ཁྱོད་ཀྱི་མཚོད་རྟེན་ལ་མར་མེ་སྒྱུན་ནོ། ། དེ་  
 བཞིན་གསེགས་པའི་ལྷའི་སྒྱུན་མཐའ་ཡས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་མཚོག་གསུམ་ལ་  
 མཚོད་པ་རྣམས་ལ་རོལ་མའི་དབྱངས་སྒྱུན་ནོ། ། ཆ་བྱད་དང་། ཚུལ་  
 བྱམས་དང་། སྦྱོད་པ་མཛེས་པ་སྒྲན་མེད་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ལྷུང་  
 བཟེད་དང་ཆོས་གོས་སྒྱུན་ནོ། ། ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་ཆོགས་ཡོངས་སུ་ཐོབ་  
 པའི་ཕྱིར་། སྒྱ་གུ་དང་། རྣལ་ཆ་དང་། སྒྲིགས་བུ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཁྲི་  
 རྒྱན་སྒྱུན་ནོ། ། ཉེན་མོངས་པའི་ནད་ཐམས་ཅད་གཞིམ་པའི་ཕྱིར་ན་བའི་  
 གསོས་སྒྲན་དང་། ཡོ་བྱད་སྒྱུན་ནོ། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུལ་  
 རྣམས་གསུམ་གྱིས་དང་། བདུད་ཅི་དབྱིངས་ཀྱི་ས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ས་  
 གཞི་སྒྱུན་པ་སྒྱུན་ནོ། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོབ་དཔོན་མེད་པའི་ཆོས་  
 མཐོན་པོ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མཚོད་རྟེན་མཐོན་པོ་དང་། སྒྱ་གཟུགས་  
 མཐོན་པོ་བྱེད་དོ། ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། ། ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པར་  
 བསྟོད་པ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་དཀོན་མཚོག་འབངས་ཀྱིས་མཛད། བསམ་པ་  
 རི་འདྲ་བ་སྤང་བ་དགོས་པའི་བསམ་པ་ནི་བདུན་ཏེ། ལྷ་ངན་ཁེངས་དང་རྟེན་  
 དང་ཁྱུ་པ་དང་། ། རྒྱལ་ཕྱགས་ལན་དང་རྣམ་སྒྲིན་རེ་བའོ། ། ཞེས་སྟེ།  
 དགེ་མཚན་དང་བཟླ་ཤིས་དང་སྒྱུར་ཏེ་སྒྱུན་པ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས་ནས་སྒྱུན་  
 པའོ། ། ཡང་ན། རིག་ལྷ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྱུན་པ་ནི་དགེ་མཚན་ཏེ་སྐར་མ་  
 བཅིབ་དང་། བཟླ་ཤིས་ཏེ་གཡང་ལེན་པའི་ཆེ་སྒྱུན་པ་ལྟ་བུ། རྒྱན་གྲགས་  
 ནི། དངོས་སུ་རྒྱན་པ་དང་སྒྲིག་ཏུ་གྲགས་པའོ། ། བསྒྲིས་པ་ནི། ཤིས་པ་  
 རྟེན་སྒྱུ་རྟེན་ནས་ཕྱིར་འཐོན་པའི་མིང་རོ། ། གསོང་པོར་སྒྲུབ་ནི། དང་



སྤར་སྒྲུབ། བརྟམ་ཆགས་ཅན་ནི། འདྲོད་ཞེན་ཅན། བརྟམས་པ་ནི།  
 ཡིད་སྦྱོད་པའམ་ཡིད་དཀྲུགས་པ། སྦྱོན་པ་ནི། ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་མི་  
 གནས་པ་དང་གནས་པ་འདྲེས་མར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། སེམས་འབྲུགས་པ་ནི།  
 རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་སེམས་མེད་པར་གྱུར་ཏེ། ཤེས་པ་རང་བཞིན་དུ་མི་  
 གནས་པ་རྒྱན་ཆགས་སུ་གྱུར་པའོ། ། སྤྲ་བའོ་ལ་ནི། མ་བསམས་པར་བྱུང་  
 བའམ་རང་དགར་མ་བསམས་པ། སྒྲེགས་བམ་མ་བྲིས་པ་ནི། ཡི་གེ་མ་བྲིས་  
 པའི་ཤོག་པུའི་སྒྲེགས་བམ་མོ། ། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་བཅས་པ་ནི། ཉེས་པ་དང་  
 བཅས་པའོ། ། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པ་ནི། ཉེས་པ་མེད་པའོ། ། གཞུང་  
 ཤིན་ཏུ་ངན་པ་ནི། ལུ་ཉྱེགས་པའི་གཞུང་ངོ། ། གཞུང་འབྲིང་ནི། རིག་  
 གནས་ཐུན་མོང་བ་སྟོན་པའི་གཞུང་ངོ། ། གཞུང་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ནི།  
 རང་པའི་གསུང་རབ་རྣམ་དག་གོ། ། རྣམ་བརྟགས་བྱས་ནས་བསྟོས་ཏེ་འཆང་  
 བ་ནི། རང་གི་ཡོ་བྱད་དེ་རྣམས་གཞན་གྱི་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་  
 འཆང་བའོ། ། རྒྱ་ནི། ཉ་རྒྱ་སྟགས་དང་། སམ་དཔལ་ནི། སའོག་ཏུ་  
 མདའ་གཞུ་སྟེ་སྟགས་སྟོག་ཆགས་གསོད་པ། གོ་བར་བྱ་བ་གསུམ་ནི། འདི་  
 བྱོད་ལ་བཏང་དགོས་པ་ཡིན་ཡང་བདག་ནི་སྤོའི་སྟོབས་རྒྱུང་བས་གཏོང་མི་རུས་  
 པར་འདུག་པས། རེ་ཞིག་སྦྱོན་མི་རུས་ན་བྱོད་ཆོག་པ་བྲ་བ་དང་སེམས་པམ་  
 མམ་ཇོད་ཅིག་སྤར་སྦྱོན་རུས་པར་གྱུར་ན་སེམས་ལ་གཞན་གོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་  
 ཆོག་འཇམ་སྤར་སྒྲུབ་ཞིང་། སེམས་ཀྱིས་ནི་དེ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་བྱུང་དགོས་  
 མོ། ། རང་གིས་བསམ་གོས་སྟགས་ལ་ལོངས་སྤྱད་པའི་ཆོ། དཔེར་ན།  
 དཔོན་གྱི་བསམ་བློས་ནས་དེའི་ལས་བྱེད་པ་བཞིན་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་གོས་སྟགས་  
 ལ་ལོངས་སྤྱད་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་དགོས་པས།

དེའི་ཚུལ་ནི། སྒྲུ་མ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་བྱུག་བཞེས་ལྟར། སྒྲུ་རྩོ་ཡངས་མ་  
 ཐག་དགེ་སྤྱོད་གི་དུས་དྲན་བཟུན་པའི་མཆུག་ཏུ། སྒྱགས་བརྩ་ན་བཞུགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
 གསེལ། བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེ་གེ་མོ་ཞེས་བགྱི་བའི་ལུས་ལྔ་ངས་  
 སྤྱོད་དགེ་ཅ་དང་བཅས་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་བ་ལས། དེ་རིང་  
 གི་གནས་སྐབས་སུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཟས་གོས་གནས་མལ་སྟགས་ལ་ལྔ་ངས་  
 སྤྱད་དེ་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ། ཞེས་བརྗོད་ཅིང་བསམ་  
 མོ། ། དམའ་བབ་པ་ནི། སེམས་ཐམ་པ། ཡིད་ཀྱང་བཞོ་བ་ནི།  
 སེམས་གསེབ་པ། སྒྲུ་རྩོ་ནི། ཆོད་མའི་རིགས་ཀྱི་མིང་དང་། ཆོད་  
 སྒྱགས་ནི། ཁེ་སྒྱགས། བསམ་པ་ཅམ་གྱི་སྦྱིན་པ་ནི། དབེན་པར་སོང་སྟེ་  
 ཡིད་ནང་དུ་བསྐྱུས་ནས་བསམ་པ་དག་ཅིང་སྟོང་ཐག་པ་ནས་དད་པས་སྦྱིན་པར་  
 བྱ་བ་ཟས་གོས། གནས་ཁང་། མལ་ཆ། གསེར་དངུལ་སྟགས་རིན་ཆེན།  
 དར་ཟབ། རྒྱན་ཆ། ན་བའི་གསེས་སྒྲན། ཏྲ་མྱང་སྟགས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་  
 རིགས། སྒྱགས་དང་འཁོར་གཡོག་གུ་དང་ཟམ་པ། མགོ་རྒྱང་ལག་  
 སྟགས་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་མཁོ་རྒྱའི་ཡོ་བྱད་དཔག་ཏུ་མེད་པར་སྒྱལ་ལ།  
 བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་བཏང་བས། དེ་དག་སྟོས་སྟེ་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་  
 ཐོབ་སྟེ་ངོམས་ཤིང་ཆོམ་པར་བསམ་པ་ནི་བྱང་སེམས་ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་སྦྱིན་པ་  
 ཞེས་བསྟགས་པས། ཡང་ཡང་གོམས་པར་བྱའོ། ། ལུས་གཏོང་བའི་ཆེ་  
 ནད་གཡོག་དང་། གཞན་གྱི་ཆོས་ལྟན་གྱི་བྱ་བའི་སྒྱགས་བྱེད་པ་དང་།  
 བྱན་ལ་སྟགས་པ་དང་། མ་གཅིག་ལ་བསྒྲོན་གྱིས། སྒྱུ་ལུས་སྦྱེས་པ་ཡོངས་  
 ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་ལྟ་བུ་ནི་གནས་སྐབས་དབང་བྱར་གཏོང་བ་ཡིན་ཞིང་།



ཡན་ལག་བསེལ་ནས་གཏོང་བ་ནི་མིག་ལ་སྟགས་པའི་དབང་པོ་གཏོང་བའོ།  
 སར་བྱེན་བསྐྱས་པ་ལས། བྱེན་པས་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་བདེ་བ་འགྱུ་བ། །  
 མ་བྱེན་ཆེ་འདི་ཉིད་ལའང་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྟེ། ། མི་ཡི་ནོར་རྒྱལ་སྐྱར་མདའི་  
 རང་བཞིན་ལྟར། ། ཡོངས་སུ་མ་བཏང་དེ་དག་མེད་པར་འགྱུར། ། མ་  
 བྱེན་ནོར་རྒྱལ་སྐྱར་མི་རྟག་མེད་འགྱུར་ཏེ། ། བྱེན་པས་དེ་དག་ཡོད་པའི་གཏོར་  
 ཏུ་འགྲོ། ། སེམས་ཅན་པན་པར་གཞིལ་བས་གང་བྱེན་པས། ། ནོར་རྒྱལ་སྐྱར་  
 ཉིད་པོ་མེད་པའང་ཡོད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ད་ལྟ་ནོར་  
 རྒྱལ་སྐྱར་ཆེད་པ་མ་བཏང་ན། བསག་བསྐྱུང་བསྐྱེལ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་བྱུང་ཞིང་། འཆི་བའི་ཆེ་དེ་དག་དང་གདོན་མི་བླ་བར་འབྲལ་བར་  
 འགྱུར་ལ། ད་ལྟ་སྐྱེན་པ་བཏང་ན་ཆེ་བྱི་མའི་དགེ་བའི་ལམ་རྒྱུ་ཏུ་འགྱུར་ཏེ།  
 དཔེར་ན། ས་པོན་བཏབ་ན་སྟོན་ཐོག་འབྱུང་བ་དང་། རང་ཉིད་ལྟ་སར་  
 འགྲོ་དགོས་ན། སྟོན་ཏུ་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་རྩམ་པ་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱར་ཡོད་  
 ན། དེར་བསྐྱེལ་སྤྱས་ཚུར་སྤངས་ནས་ལངས་སྟོན་ཏུ་ཡོད་པ་བཞིན་ཏེ།  
 ས་དམ་པས། བྱི་མའི་གནས་སྤྱོད་གསུང་པོ་སེལ་ཆེར་བྲལ། ། ལྷོག་གསུང་ཆུག་  
 བྱེལ་ང་< ཡོད > དམ་དིང་རིབ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། མདོར་  
 ན་སྐྱེན་པ་བཏང་བའི་པན་ཡོན། མ་བཏང་བའི་ཉེས་དམིགས་ལེགས་པར་  
 བསམས་ལ་གཏོང་འདོད་ཡང་ཡང་སྟུང་། ཟས་ལམ་བུ་གང་ཅུ། གོས་  
 སྐྱེན་པ་ཅུ་ཆུན་གཏང་རྒྱ་ཅི་རྟེན་བྱ། དེ་ཡང་བསམ་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཀྱིས་ཟིན་པ། སྟོར་བ་ཆོག་འཇམ་དང་བཞིན་འཇམ་པ་དང་བཅས་སྟུར་ཏུ་  
 ཉེར་ལ། བྱེན་ནས་ཀྱང་འགྲོད་པ་མི་བྱེད་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱོམས་གིང་  
 དགེ་ཆེན་གསུང་ཏུ་བསྐྱོས་ཏེ། འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པས་རྒྱས་བཏབ།

དེ་ལྟར་གཞན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་དུས་ལས་མཐོལ་བར་བྱོན་ན་རང་ལ་མཐོ་ཆེ་  
 འབྱུང་། རང་གིས་ལག་བདར་ནས་བྱོན་ན་རང་ལ་འབྱུང་། དེ་ལ་མི་  
 གཞོན་པར་བྱོན་ན་འབྲས་བུའི་ཆེ་ལངས་སྦྱོང་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་། བཀྱར་  
 ཉི་ཤུས་ཏེ་བྱོན་ན་ལངས་སྦྱོང་འགྱུར་ཆེ་གཞན་གྱི་བཀྱར་ཉི་ཤུན་སྤྲུལ་ཆོགས་པ་  
 བྱེད་པ་འབྱུང་བར་གསུངས། སྦྱོན་པ་ཚུང་དུ་ཞིག་བཏང་ཡང་། འབྲས་བུ་  
 ལངས་སྦྱོང་ཁྱེད་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་ནམ་གཞག་ཏུ་བཀོད་ཅིན་  
 པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་མཛངས་སྤྱོད་ལས། དེ་བས་ན་ཀུན་  
 དགའ་པོ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་སྦྱོན་པ་ཚུང་དུ་ལ་བསོད་ནམས་  
 མེད་དོ་སྤྲུལ་དུ་མ་བརྟུས་ཤིག ལྟའི་མེ་ཏོག་ལྟར་ཅི་ཡང་འཕྱར་ཅིང་འབྱུང་  
 པར་འོང་ངོ། ། ཞེས་དང་། ཀུན་དགའ་པོ། དེ་བས་ན་བསོད་ནམས་  
 ཀྱི་ཕྱགས་སྤྱུ་ཀྱུར་བའི་ལས་ནི་གང་ཡང་མི་བྱར་མི་རུང་ངོ། ། དབུལ་པོ་དེས་  
 སྦྱོན་པ་ཚུང་ཟད་བྱས་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཆད་མེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་དག་  
 ཐོབ་པར་གྱུར་ཏོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། ས་མཐོན་པོའི་སྦྱོན་པ་ལ་སྦྱོབ་  
 ཚུལ་ནམས་སྦྱོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། དེ་ཡང་། བདག་ཅག་གི་སྦྱོན་པ་  
 ཐུགས་རྗེ་ཅན་འདི། སྦྱོན་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ན། རྒྱལ་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཤེས་གཉེན་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲུལ་རྒྱལ་བུ་ཐམས་ཅད་སྦྱོལ་དུ་སྦྱ་  
 འབྱུངས་སོ། ། གཞོན་ཅུ་དེ་ནི་སྤྱིང་རྗེ་ཅན། ཆོས་འདོད་པ། སྦྱེ་རྒྱ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་པ། སྦྱང་བའི་སྦྱོལ་པོ་ཐམས་ཅད་ཆོས་པར་མཛད་ཅིང་  
 གཏོང་བ་ཆེན་པོ་ལ་ཞུགས་པས་སྦྱོན་པའི་གྲགས་པས་ཕྱགས་ཀུན་ཏུ་བྱུང་བ་ཞིག་  
 ཏུ་གྱུར་ཏོ། ། དེ་ནས་རེ་ཞིག་ཅིག་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ། ཅན་ནས་  
 མཆོག་ལས་བསྐྱབས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ཤིང་རྟའི་ནང་དུ་



བྱུགས་ནས་སྐྱེད་མོས་ཚལ་དུ་བྱུགས་པ་ན། བྲམ་ཟེ་ཞིག་གིས་ཤིང་རྟ་དེ་  
 བསྐྱངས་པས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཤིང་རྟ་དེ་ལས་ལྷུང་བར་བབས་ཏེ་རབ་དུ་  
 དགའ་བཞིན་དུ་དེ་ལ་ཤིང་རྟ་བྱིན་ནས་སྒྲུལ་པ། བདག་གིས་ཇི་ལྟར་བྲམ་ཟེ་  
 ལ། ། མཆོག་དུ་དགའ་བས་ཤིང་རྟ་བཏང་། ། དེ་བཞིན་བདག་གིས་སྤྱིད་  
 པ་གསུམ། ། བཏང་ནས་བྱང་ཚུབ་མཆོག་རེག་ཤིག ། ཅེས་སྒྲོན་ལམ་  
 བཏབ་པོ། ། རྒྱལ་པོ་དེ་ལསྐྱང་པོ་ཆེའི་མཆོག་ རྒྱལ་སྤྱིད་འཕེལ་ཞེས་བྱ་བ་  
 གཅེས་ནོར་ཡུལ་ན་དགོན་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། དེའི་མཐུས་ཁམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ན་  
 རྣམས་སྤྱི་འགོང་བར་བྱེད་དོ། ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ལ་བཞོན་ནས་  
 སྐྱེད་མོས་ཚལ་དུ་སོང་བ་དང་། དེ་ནས་བྱིར་རྒྱལ་བས་ཐད་པའི་བྲམ་ཟེ་ཞིག་  
 གིས་སྐྱང་པོའི་མཆོག་དེ་བསྐྱངས་པ་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱང་པོའི་  
 མཆོག་དེ་ལས་ལྷུང་བར་བབས་ནས་དགའ་བཞིན་དུ་བྱིན་ནས་སྒྲོན་ལམ་སྤྱིར་  
 ལྷུང་བཏབ་པོ། ། དེ་རྒྱལ་པོས་ཐོས་ནས་ཤིན་དུ་ཁྱོས་ཏེ་གཞོན་ནུ་བྱོད་ངའི་  
 ཡུལ་ན་མ་འདུག་པར་སོང་ཞིག་ཅེས་བསྐྱོའོ། ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་ཡང་རྒྱལ་པོ་  
 ལ་བཟོད་པར་གསོལ་ཏེ་ཆུང་མ་བྱ་དང་བཅས་པ་ཤིང་རྟའི་ནང་དུ་བྱུགས་ནས་  
 ཡུལ་མི་ལྷུང་ན་བྱེད་པ་བརྒྱ་སྟོང་ཇེས་སུ་འབྱངས་བཞིན་དུ་སོང་ངོ། ། དེའི་སྐོ་  
 བྱང་འཁོར་གྱི་མི་རྣམས་འདུས་ཤིང་སྟོང་ཇེས་ཆོ་ངེས་འདེབས། བྱང་ཚུབ་  
 སེམས་དཔའ་འཁོར་རྣམས་སྤྱིར་དངས་ཤིག་ཅེས་བགྱེའོ། ། དེ་ནས་བྲམ་ཟེ་  
 ཞིག་གིས་ཤིང་རྟ་བསྐྱངས་པ་ན། དེ་ལ་ཤིང་རྟ་བྱིན་ཏེ། གཞོན་ནུ་ནག་པོ་  
 ཐུག་པ་ལ་བྱེད། ཆུང་མ་རྒྱགས་བྱིན་མས་ནི་གཞོན་ནུ་མ་དྲ་པ་ཅན་བྱེད་ནས་  
 དགའ་བྱུང་གྱི་ནགས་ལྷགས་སུ་ཆས་པ་དང་། རིམ་གྱིས་དགའ་བྱུང་གྱི་ནགས་  
 སུ་བྱིན་ཏོ། ། དེ་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ནི་བསམ་གཏན་སྒྲོམ་པར་བྱེད།

རྒྱལ་སྤྱི་མཐུན་པུས་བསྐྱེད་བཀུར་བྱེད་དོ། ། དེ་ནས་རེ་ཞིག་ཅིག་  
 བ་བཅུ་མོ་ནགས་ཚལ་དུ་ཅ་བ་དང་འབྲས་བུ་འཚོལ་དུ་སོང་བའི་འོག་དུ་བྲམ་ཟེ་  
 རྒྱུ་མའི་གཡོག་འཚོལ་བ་ཞིག་འོང་ནས་བུ་གཉིས་བསྐྱེད་ས་པ་དང་གཞོན་ཅུ་  
 གཉིས་བྲམ་ཟེ་ལ་བྱིན་ནོ། ། དེ་ནས་ས་རྒྱལ་པ་དུག་དུ་གཡོས་སོ། ། དེ་ནས་  
 གཞོན་ཅུ་གཉིས་ཀྱིས་པ་ཡིས་སྟོང་ནས་བཏང་བར་རིག་ནས་སྟོང་རྗེ་རྗེའི་སྐད་དུ་  
 དུ་ཞིང་། ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་གྱི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལ་གཏུགས་ཏེ་སྤྲོས་པ། ཡབ་  
 གཅིག་ཡུམ་ནི་མ་མཆིས་པར། ། བྱོད་ནི་བདག་ཅག་སྒྲོལ་བ་ཞིང་པ། ། རེ་  
 ཞིག་དེ་ནི་མཐོང་གུར་ནས། ། དེ་ནས་བདག་ཅག་སྒྲོལ་དུ་གསོལ། ། དེ་  
 བས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིད་ལ་གཅགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་རྩ་བུ་  
 གནག་ཅིང་མཆི་མ་འཇག་བཞིན་དེ་གཉིས་ལ་འབྱུང་ནས་སྤྲོས་པ། བྱ་དག་  
 ང་ཡི་སྟོང་དུ་མི་སྤྱག་མིན། ། སྟོང་བཅེ་སྟོང་རྗེ་མེད་མིན་ཏེ། ། འཇིག་རྟེན་  
 ཀུན་ལ་ཕན་པའི་བྱིར། ། ཡོན་ཏན་མཐོང་ནས་བཏང་བ་ཡིན། ། ཅི་ནས་  
 ང་ཡིས་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་། ཞི་བ་རང་གིས་ཐོབ་ནས་ནི། ། སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་  
 མཚོ་ལ་གནས་པའི། ། རྟེན་མེད་འཇིག་རྟེན་རྒྱལ་ས་བསྐྱེད་ལ། ། དེ་ནས་  
 བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱིས་པའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལ་སྤྱག་འཚོལ་ནས་ཐལ་མོ་སྤྱར་ཏེ།  
 སྟོང་རྗེ་རྗེའི་སྐད་དུ་དལ་བུས་སྤྲོས་པ། གལ་ཏེ་བྱོད་ཀྱི་ཐག་བཀུམ་ན། ། མ་  
 ལ་བདག་ཅག་གཉིས་ཀྱི་འཕྲིན། ། བྱོད་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག་ཅིས།  
 ཡབ་གཅིག་བྱོད་ཀྱིས་གསུང་དུ་གསོལ། ། ཡབ། གཞོན་ཡང་ཁོ་བོ་བྱིས་  
 པར་གྱུར་པས་བྱོད་ལ་ནོངས་པར་བགྱིས་པ་དང་། སྤྱགས་ལ་མ་འབབ་པའི་  
 ཆོག་སྤྲོས་པ་དང་། སྤྱགས་མཉེས་པ་ཉིད་དུ་མ་བགྱིས་པ་དེ་ནི་བྱིས་པའི་  
 རོངས་པ་ལགས་པས་བཟོད་པར་མཛོད་དུ་གསོལ། དེ་སྐད་ཅིས་སྤྲོས་ནས།



བ་ལ་བྱག་འཆལ་ཏེ་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་བ་བྱས་ནས་གཞིན་ཅུ་རབ་དུ་མུག་པ་  
 གཉིས་མིག་མཆི་མས་གང་བཞིན་དུ་སྟོང་རྗེ་རྗེ་ལྟར་སྟེ་མུགས་འདྲོན་པས།  
 བྲམ་ཟེས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལག་པ་ལྷུག་མས་བཅིངས་ཏེ་ཆོག་ཆུབ་པོས་བསྐྱེགས་  
 བཞིན་དུ་བྲིད་པས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱིར་བཏུ་ཞིང་བསྟེ་གནས་དེ་ནས་སོང་ངོ་།  
 དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ། བྱིས་པ་གཞིན་ཅུ་འི་ཆོག་ སྟོན་དུ་སྟོང་  
 རྗེར་ཅུང་བ་དེ་དག་གིས་ཡིད་སྦྲང་ནས། ང་སྟོང་བུ་ཞེས་བཏགས་པ་ལ། །  
 བཅེ་མེད་བྲམ་ཟེས་བྲིད་དེ་སོང་། ། གཞིན་ཞིང་བདེ་བར་བསྐྱེད་པ་དེ། །  
 ཀླང་གིས་དོང་བའི་ངལ་དུབ་དང་། ། བཀྲེས་སྐྱམ་མུག་བསྐྱལ་རྗེ་ལྟར་བཟོད།  
 བྲམ་ཟེའི་བྲན་གཡོག་རྗེ་ལྟར་བྱེད། ། ཀྱེ་མའོ་སྟོང་གི་བུ་གཉིས་དང་། །  
 བྲལ་བའི་མུག་བསྐྱལ་མེ་ཆེན་གྱིས། ། བདག་སེམས་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པར་  
 བསྐྱེགས། ། དེ་མཐོང་མ་དེ་རྗེ་ལྟར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་ནས་ཡིད་གྱིས་  
 བྱང་ཆུབ་དུ་སྟོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ནགས་ཆལ་གྱི་ལོ་མའི་སྤྱིལ་བུར་  
 བྱགས་སོ། ། དེའི་ཆེ་ལྷ་སྟོང་ཕྱག་དུ་མ་ཡང་བར་སྒྲུང་ལ་ཅ་ཅོད་དང་གཞུང་སྒྲ་  
 འབྲིན་ཅིང་ཨེམ་ཏོ། ངོ་མཆར་ཆེ་ཞེས་བཟོད་དོ། ། དེ་ནས་རྒྱགས་བྱིན་མ་  
 ཅུབ་དང་འབྲས་བུ་ནམས་བྱིར་ཏེ་བསྟེ་གནས་ཀྱི་ལོགས་སུ་ཆས་པ་ལས། ལྟ་  
 ནམས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས། རྒྱགས་བྱིན་མས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 སྤྱིན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པར་འགྱུར་དུ་འོང་ངོ་སྟམ་ནས་སེལ་མོ་ཞིག་གི་གཟུགས་  
 ལུ་བསྐྱུར་ནས་ལམ་བཀག་ནས་འདུག་པ་དང་། རྒྱགས་བྱིན་མས་དེ་ལ་བདེན་  
 པ་བཟོད་ནས་ལམ་བྱེ་ཞིག་ཅེས་བཟོད་པ་དང་། དེ་ལམ་དེ་ལས་ལོགས་སྟོན་  
 ཏུ་སོང་ངོ་། ། དེ་ནས་རྒྱགས་བྱིན་མས། བར་སྒྲུང་ནས་དུད་མོའི་སྒྲ་གྲགས་  
 པ་དང་། ཆལ་ན་གནས་པའི་ལྟ་ནམས་བྱང་ན་བྱེད་པར་སྒྲ་གྲགས་པ་ལས་ན།

བུ་གཉིས་བཏང་བར་ངེས་སྟེ་སྟེ་འདར་ནས་བཏྲི་གནས་སུ་སྟང་སྟེ།  
 རྒྱགས་འདི་ན་ནི། གཞིན་ཅུ་ནག་པོ་སྟེ་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་རི་དྲགས་ཀྱི་ལྷག་  
 བུ་དང་རྟག་ཏུ་ཅེ་ཅེ། འདི་ནི། དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྩལ་ལས་བྱས་པའི་བྱིམ་  
 ཡིན། འདི་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཅེད་མའི་ཆ་བྱད་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་ནི་མི་སྣང་  
 བ། གལ་ཏེ་ལོ་མའི་སྤྱི་ལ་བྱར་ཁྱགས་ནས་ཉལ་ལྟར་སྟེད་དམ་སྟེ་ཏུ་དེ་ལྟར་  
 སྟེད་ལ་རེ་ཞིང་བུ་མཐོང་བར་འདྲོད་པས། ཅེ་བ་དང་འབྲས་བུ་རྒྱགས་གཅིག་  
 ཏུ་བཞག་ནས་མིག་མཆི་མས་གང་བཞིན་ཏུ་བྱིམ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལ་  
 གཏུགས་ཏེ་སྤྲོས་པ། རྩེའི་སྤྲོས། བྱིམ་དང་བུ་མོ་གཉིས་གང་ཏུ་མཆིས།  
 ཐམས་ཅད་སྤྲོལ་གྱིས་སྤྲོས་པ། ཁོ་མོའི་དུང་ཏུ་བྲམ་ཟེ་ཞིག ། དེ་བས་ཡང་  
 དག་འོངས་ཀྱར་ནས། ། བྱས་པ་དེ་གཉིས་དེ་ལ་བྱིན། ། དེ་ལ་རྩེས་སུ་ཡི་  
 རང་རིགས། ། དེ་སྐད་ཅས་སྤྲོས་པ་དང་། རྒྱགས་སྤྱོད་མ་རི་དྲགས་མོ་  
 མདའ་ཏུ་གཅན་ཞིག་གིས་ཕྱག་པ་བཞིན་ཏུ་ས་ལ་འགྱེལ་ནས། ཉ་རྩེའི་གནས་  
 བས་བྱུང་པ་བཞིན་ཏུ་ནི་འགྱེལ་ཕྱག་པར་བྱེད། སྟེད་རྩེ་རྩེའི་སྐད་ཏུ་ཏུ་ཞིང་  
 རྒྱག་བསྤེལ་བར་ཀྱར་རྟོ། ། དེ་ནས་བྱུང་རྩེ་མེས་སྤྲོས་དཔས་དེ་དེ་ལྟར་སྤྲོ་  
 རྒྱགས་འདྲོན་པ་མཐོང་ནས་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་དེ་དང་དེ་དག་  
 གིས་རྣམ་གྲངས་མང་པོར་གོ་བར་བྱས་སོ། ། དེ་ནས་རྒྱགས་སྤྱོད་མས་སེམས་  
 བརྟན་ཏེ་བྱུང་རྩེ་མེས་སྤྲོས་དཔས་ལ་སྤྲོས་པ། བྱིད་ལ་བར་ཆད་མི་བཞུད་ཀྱི།  
 བྱིད་སྤྱོ་གཞན་ཏུ་མ་འགྱུར་ཞིག ། གལ་ཏེ་བདག་ཀྱང་སྤྲོལ་བཞིན་ན། །  
 དྲགས་པ་མེད་པར་བདག་སྤྲོལ་ཅིག ཅས་སྤྲོས་སོ། ། དེ་ནས་ལྟའི་དབང་  
 པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་བྲམ་ཟེའི་ཆ་བྱད་ཏུ་བསྐྱར་ཏེ་ཐམས་ཅད་སྤྲོལ་གྱི་དུང་ཏུ་འོངས་  
 བས་བཅུན་མོ་བསྤྲོངས་སོ། ། བྱུང་རྩེ་མེས་སྤྲོས་དཔས་ཡིད་དགའ་བཞིན་ཏུ་



རྒྱུ་མ་སྒྱུ་པར་བྱས་སོ། ། དེ་ནས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྒྱ་ཕྱིན་གྱིས་བྲམ་  
 ཟེའི་ཁྱེའུའི་ཆ་བྱད་མི་སྣང་བར་བྱས་ནས། རང་གི་ཆ་བྱད་དུ་འདུག་ནས་སྒྲུ་  
 པ། དྲང་སྤྱང་། བདག་གི་རྒྱལ་ས་སྒྱུ་མ་འདི་ཁྱོད་ལ་བཅོལ་གྱིས། ཁྱོད་  
 ཀྱིས་སུ་ལ་ཡང་མ་སྒྱུ་ཅིག རྒྱལ་ས་སྒྱུ་མས་བརྒྱ་ཕྱིན་གྱི་རྒྱང་པ་གཉིས་ལ་  
 མགོ་པོས་གཏུགས་ཏེ་སྒྲུ་པ། ཀོ་ཁུ་ཤི་ཀ། ཅི་ནས་ཀྱང་བྱས་པ་གཞོན་ཅུ་  
 དེ་གཉིས་བྲན་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་མཛོད་ཅིག ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོ་  
 བརྒྱ་ཕྱིན་གྱིས་དེ་བཞིན་དུ་བྱའོ། ། ཞེས་སྒྲུ་པ་ནས་དེ་ཉིད་དུ་མི་སྣང་བར་གྱུར་  
 རོ། ། དེ་ནས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྒྱ་ཕྱིན་གྱིས། བྱས་པ་གཞོན་ཅུ་  
 འཁྱེར་བའི་བྲམ་ཟེའི་ལྟར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲོང་བརྒྱལ་དུ་འཛོལ་བར་བརྒྱལ་ས་པ་  
 དེ་ལྟར་མྱོང་ས་པར་བྱས་སོ། ། དེ་ནས་སྒྲོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་དྲུང་དུ་  
 གཞོན་ཅུ་གཉིས་ཁྱིད་དེ་འོང་ས་པ་དང་། རྒྱལ་པོས་སྤང་ལ་གཞུགས་ཏེ་མཉམ་དུ་  
 གསེར་གྱིས་སྒྲུ་པ་སོ། ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོས། སྒྲོན་པོ་རྣམས་ལ་བསྟོན་པ།  
 གཞོན་ཅུ་དེ་ཁྱེད་ཅིག་དང་། རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་དབང་ལྷག་ལ་དབང་བྱེད་དུ་གཞུགས་  
 གོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡུལ་མི་རྣམས་ལྷན་ཅིག་དུ་བཞུགས་གནས་དེར་སོང་  
 བས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་རང་གི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་པོས་ནས་  
 རྒྱལ་པོར་བརྟུག་གོ། ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་ཐམས་ཅད་གཏོང་  
 ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། ། ད་ལྟར་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་བྱད་ངན་དོན་ཅུ་མ་ཡང་  
 བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་གཏོང་མི་རུས་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་ངན་པ་ཡང་ཡང་བསམ་པ་  
 དང་། རྒྱལ་སྤྱིས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས། མགོ་རྒྱང་ལག་བྱ་དང་  
 རྒྱུ་མ་སྒྱུ་པ་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་གཞོན་དོན་དུ་གཏོང་བའི་དཀའ་སྤྱོད་དང་  
 སྒྲོས་པས་མད་དུ་བྱུང་བའི་ཚུལ་ཡང་ཡང་བསམས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་

ཐར་བཟང་པོ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟེ་ལྟ་བུ་བསམ་པ་ཡང་  
ཡང་སྤང་བ་དང་། དེ་ལྟར་སྒྲིབ་ཅུས་པར་སྒྲུལ་དགོན་མཆོག་ལ་གསེལ་བ་  
འདེབས་ཤིང་སྒྲིབ་ལམ་ཡང་ཡང་གདབ་པར་བྱའོ།     ༥

ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ།     ཉམས་མཁུར་ལས།     ཚུལ་ཁྱིམ་ས་  
ཉེས་སྒྱུད་དེ་མ་འབྱུང་པའི་ཆ།     ། ཉན་མོངས་ཆ་གདུང་སེལ་བའི་སྒྲ་བའི་འོད།  
སྒྱེད་གུའི་དབུས་ན་ལྟོན་པོ་ལྟ་བུར་བརྒྱུད།     ། སྒྲིབ་ས་ཀྱིས་བསྒྲིགས་པ་མེད་  
པར་འགྲོ་གྲུན་འདུད།     ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཡང་དག་སྤངས་པའི་ཁྱིམ་ས།     །  
དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་བཞིན་བསྐྱུང་བར་མཛད།     ། རྣལ་འབྱུར་ངས་ཀྱང་  
ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བཀྱིས།     ། ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་  
ལ།     ། ཞེས་གསུངས་སོ།     ། དེ་ལ།     སྤང་བའི་སེམས་པ་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་  
མཆོན་ཉིད།     སྤང་བའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་ལྟར་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་གྱི་  
ཉམས་ལེན་གྱི་ངོ་བོ།     སྤང་བའི་སེམས་པ་གོམས་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་ན་ཚུལ་  
ཁྱིམ་ས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་དུ་འགྱུར་རོ།     ། འདིར་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤང་སེམས་ལ་  
མཛད་པ་བྱུགས་གཅིག་སྟེ།     སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་དང་དགེ་བ་  
ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྤང་སེམས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།     བྱང་སེམས་ཀྱི་  
སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ཁྱིམ་ས་ལ་ལུས་ངག་གི་ལས་གཙོ་ཆེ་སྟེ།     ཅ་ལྟར་པལ་ཆར་ལུས་  
ངག་གི་བྱ་བ་ལ་མང་བའི་ཕྱིར།     དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་ས་བརྒྱ་པ་སོགས་སུ་མི་དག་  
བརྒྱ་སྤང་བ་ཤད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི།     བྱང་སེམས་ལ་སེམས་ཅན་གྱིས་ཀྱང་ཅ་  
ལྟར་འབྱུང་བ་ཡོད་པས་དེ་འགོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར།     དེ་འགོག་  
པའི་ཆེད་དུ་གྲུན་སྤང་ཚུན་ཆད་ནས་འགོག་པ་དང་།     བྱང་སེམས་ཀྱིས་གནོད་  
སེམས་མ་བཀག་ན་བྱམས་སྟེང་ཇི་བྱང་སེམས་གསུམ་ཆར་ལ་གནོད་པ་དང་།



བརྒྱུ་སེམས་ཆེན་བདག་བསྟོན་གཞན་སྟོན་སྐུ་འབྱུང་ཉེ་བ་དང་།  
 བདག་མེད་ཕྱམ་མ་བསྐྱེམས་ན་དང་པོར་ངར་འཛིན་སྟེ། དེ་ནས་ལྟ་བུ་ཀུན་  
 སྟེ་བ་དང་། ཡང་དང་པོར་བདག་འཛིན་སྟེ་བ་སྐུ་མཆོག་ལྟ་བུ་སྟེ་སྟེ་བའི་  
 རྒྱུ་མཆོག་གིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་ཚུལ་བྱིམས་གྱི་སྐྱབས་འདིར་གཙོ་བོར་  
 སྟེ་མ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་བསྟན་པའི་རྒྱུ་མཆོག་ནི། བར་ཕྱིན་ལྷག་མ་རྒྱུ་མཆོག་གི་  
 སྐྱབས་སུ་དག་པའི་ཆོས་སུ་ད་པའི་ཚུལ་བྱིམས་དང་། བསྟུ་བ་བཞིའི་སྐྱབས་སུ་  
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྱིམས་གཙོ་བོར་བསྟན་པའི་གནད་གྱིས་ཡིན་ནོ།  
 ཡིད་གཙགས་པའི་མེ་ནི། འགྱུར་པའི་མེ་ཞེས་པ་སྟེ། ལྷུང་བ་བྱུང་བའི་  
 འགྱུར་པས་གདུང་བ་ལ་བྱུང་། ། ཆོས་གསུམ་པོ་མ་ཆགས་པ་སྐུ་མཆོག་ལ། མ་  
 ཆགས་པའི་དག་ཅེ་ནི། སྤྱིད་པའི་ཡོ་བྱད་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ལ་ཆགས་པའི་  
 དངོས་གྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་ནས་མ་ཆགས་ཤིང་མེ་ལེན་པས་  
 རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་བྱུང་ངོ་། ། ཞེས་པའི་དག་ཅེ་ནི། ཆོས་གསུམ་  
 གང་རུང་ལ་དམིགས་ནས། ཞེས་པའི་དངོས་སུ་འཛིན་པའི་གཞོན་པ་བྱུ་བར་  
 འདོད་པ་ལ་སྐུ་མཆོག་པའི་ཀུན་ནས་མཉམ་སེམས་མེད་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་  
 བྱུང་ངོ་། ། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི། གཏི་ལྷག་མེད་པའི་དག་ཅེ་སྟེ།  
 སྟེ་སྟེ་བ་དང་། སྟེ་སྟེ་བ་དང་། བསམ་པ་དང་། བསྐྱེམས་བྱུང་གང་  
 རུང་གི་རྒྱལ་བཞེན་ནས། གཏི་ལྷག་གི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཅིང་། སྐྱེ་སྐྱེ་རྒྱུ་  
 པའི་ཤེས་རབ་བརྟན་པ་དང་བཅས་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་བྱུང་ངོ་། །  
 བརྟན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། བརྟན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་ཏོ། །  
 ཤེས་རབ་གྱི་རྒྱུ་གཉིས་མཆོངས་པར་ལྟན་པ་མི་སྤྱིད་པས། འདིར་ནི་བརྟན་  
 འགྱུ་མཆོག་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་མཆོངས་པར་ལྟན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟན་པ་

དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱའོ། ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཚུལ་ཁྲིམས། ཞེས་  
 སྐགས་ཀྱི་དོན་ལ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱ་དང་ལྗན་  
 པར་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པའི་དོན་གང་ལ་བཙུན་པའི་རང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ཐོག་མར་ནམ་པར་དག་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པའི་མཐུའི་  
 ཉོབས་ཀྱང་བསྐྱེད་དགོས་ལ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པས་རང་གི་དོན་ཡང་  
 བསྐྱབ་པར་མི་རུས་ན། གཞན་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་མཐུ་དང་རུས་པ་ཡོད་  
 པ་ག་ལས་འོང་ཉེ་མི་འོང་བ་དེའི་ཕྱིར། གཞན་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་པ་ལ་ལྷགས་  
 པར་བཙུན་པ་ཡིས། ཚུལ་ཁྲིམས་འདི་ལ་རིམ་གྱི་ཉེ་གཅེས་སྤྱོད་པར་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཞེས་པའོ། ། དེ་བས་མི་བཟད་སྐགས་ནི། རྒྱུ་མཆོན་དེ་ཉི་  
 བས་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཉམས་པའི་ནམ་མཁུ་མི་བཟད་པ་འཇིགས་པ་མཐོང་བར་བྱ་  
 བོང་། སྤང་བར་འོས་པའི་ཉེས་སྤྱོད་ཚུང་ཡང་ནམ་པར་སྤྱངས་བར་གྱིས་ཤིག་  
 ཅེས་པའོ། །

ལྷ་རྩལ་དགའ་རྒྱ་སྐགས་ཀྱི་དོན། ལྷ་རྩལ་ཉི་ཡིད་དུ་འོང་བ་དགའ་  
 པའི་རྒྱ་མིའི་སངས་སྤྱོད་ནམས་དང་། བདེ་བ་མཆོག་དང་། ཟས་ཀྱི་རོ་  
 མཆོག་དང་། ལྷའི་སངས་སྤྱོད་ཐུན་ཐུན་ཆོགས་པ་ནམས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱ་  
 ལས་ཕྱང་བ་ལ་ཅི་ཞིག་ངོ་མཆར་ཆེ་ཉི། དེ་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཉོབས་བཅུ་  
 སྐགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ནམས་དེ་ལས་ཕྱང་བའི་ཚུལ་ལ་སྤྱོད་ཤིག་ ཅེས་  
 པའོ། ། རི་ནི། རྒྱང་གི་བད་རྟིང་། ལྷ་གུ་ནི། དྲི་བཟང་སྤངས་པའི་  
 ཚུའོ། ། ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ནི་སྐགས་ཀྱི་དོན། ཚུལ་ཁྲིམས་དེ་ནི་ཡོན་ཏན་ལྷང་  
 པར་ཅན་ཐོབ་པའི་ལམ་དང་སྤྱོད་རྒྱུ་དང་ཅན་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ནམས་  
 དང་། བསྐྱབ་པ་མཉམ་པར་སྐྱབ་པ་དང་། ཉེས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་སྤངས་



པའི་ཡི་ཤེས་གཙང་མ་ཡུལ་དུ་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པ་  
 དང་། སྦྱོན་དང་བྲལ་བའི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་བའི་མཆོག་ཅེས་བྱ་ཞིང་། ལམས་  
 གསུམ་གྱུན་དུ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དྲི་བསྐྱུང་སྟེ། རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་དང་མི་  
 འགལ་བའི་བྱག་པ་ཡིན་ལ། རབ་བྱུང་གི་ཆལུགས་དང་ལྡན་པར་མཐུན་པ་སྟེ་  
 འདྲ་ཡང་ཚུལ་བྱིམས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ན་མིའི་ནང་ན་གང་ཟག་དེ་ནི་བྱུང་པར་  
 དུ་འཕགས་པར་འགྱུར་ཞེས་པའོ། ། གཙམ་གསག་གི་ཆོག་ཅེས་པའི་གཙམ་  
 བུ་ནི། བཅོས་མའམ་ངོ་བསྟོད་དང་། ལ་གསག་ནི། རྟེན་པའི་ཕྱིར་  
 གཞན་ནོར་ལ་བསྐྱགས་པ་བརྟེན་པའོ། ། ཆོག་དུ་མ་བརྟེན་ཆོགས་སུ་མ་གྱུར་  
 གྱུང་། ། ཞེས་སྐགས་གྱི་དོན་ནི། གཙམ་གསག་གི་ཆོག་དུ་མ་བརྟེན་ཅིང་  
 འབད་ཚུལ་གྱི་ཆོགས་སུ་སྟེ་ཆོགས་གྱིས་བསྐྱབས་པར་མ་གྱུར་གྱུང་ཉམས་སུ་མ་ཁོ་  
 བསྟེ་ཉེ་བར་མ་ཁོ་བའི་ལངས་སྟོད་དང་རིམ་གྱོ་སྟེ་གྱས་འདུད་དང་གིས་འདུ་བ་  
 དང་། དྲག་པོའི་ལས་གྱིས་བསྐྱགས་པ་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱུན་གྱས་པས་  
 འདུད་པ་དང་། དཀའ་ཆོགས་མེད་པ་དང་། འབད་ཚུལ་གྱིས་མ་བསྐྱབས་  
 གྱུང་དབང་ཕྱག་སྐགས་ལངས་སྟོད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚུལ་བྱིམས་  
 དང་ལྡན་པ་དེ་རང་གི་གཉེན་ཡིན་མིན་གྱི་བྱུང་པར་བརྟེན་དུ་མ་འོས་པའི་རིགས་  
 སུ་འབྱུང་བ་དང་། སྤར་པན་མ་བཏགས་པ་དང་། དཔེན་པ་སྟེ་ལངས་པ་  
 དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྐགས་གང་ཡང་མ་བྱས་ཤིང་། སྦྱོན་ཆད་ངོ་མི་ཤེས་པའི་  
 སྟོབ་ཐམས་ཅད་གྱུང་ཚུལ་བྱིམས་དང་ལྡན་པ་དེ་ལ་ངང་གིས་བྱམས་ཤིང་འདུད་  
 པ་དང་། ཀླང་པའི་རྗེས་གྱིས་བཀྱ་ཤིས་པར་གྱུར་པའི་སའི་རུལ་དག་གྱུང་སྟེ་  
 གཙུག་དམ་པས་སྦངས་ཤིང་། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་མགོ་བོས་གཏུགས་པ་དང་།  
 ལག་དུ་ཐོབ་པ་རྣམས་རང་གི་གནས་སུ་བྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར། ཚུལ་བྱིམས་དང་

ལྷན་པ་ནི་རིགས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བར་  
 འོས་པའི་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་དག་ནི་རང་གི་ཆོ་འདིའི་བདེ་བ་ལ་བརྟམ་པས་ཏེ་ཆགས་  
 པས་དྲལ་བར་མི་བྱའོ། ། ཞེས་པའོ། ། རང་དབང་གྱུར་པས་སོགས་ཀྱི་  
 དོན་ནི། ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་དང་ལྷན་པ་ནི་རང་དབང་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས་སེམས་  
 ཉམས་སུ་བདེ་བ་དང་། མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་བྱུང་དང་ལྷན་པ་  
 ནི་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་སྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། བསྐྱེད་པའི་གནས་ནམས་མ་ལུས་པ་ཆང་  
 བཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་སྒྲིན་སྐྱོང་བསྐྱེད་པ་གཞི་གྱུར་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་དགོས་  
 གོ་སྒྲིལ་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ་སྐྱོང་བྱུང་མེད་པར་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་  
 པར་བྱ་ཞེས་པའོ། ། གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་དཔག་ཡས་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི།  
 གང་ཟག་གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་དཔག་ཡས་ཏེ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་དག་  
 གཅིག་གྱུང་མ་ལུས་པའི་མཐའ་དག་པ་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་གི་ཕར་བྱེད་དག་ལ་དགོད་  
 པར་མོས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་ལ་ཕན་པའི་བྱིར་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་ལ་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པ་དེ་ནི། ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་གི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱེད་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་གནས་  
 པར་གསུངས་པ་དེ་བས་ན། ངན་སྤང་གི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་འཇིགས་པ་དང་།  
 རྒྱལ་སྤྱོད་དང་མཐོ་རིས་ལྟ་མའི་སྒྲུག་སྐྱོང་ཆོགས་པ་ལ་སྒྲིན་པ་བསལ་ཏེ་ཚུལ་  
 བྱིན་སྐྱོང་གི་ཕ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟམ་པའི་སྒྲིན་སྐྱོང་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་ལ་བརྟམ་པ་སོ་སོའི་ཞེས་པའོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་དེ་ཡང་ནམ་པ་  
 གསུམ་སྟེ། ཉེས་སྤྱོད་སྒྲིལ་པའི་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་དང་། དགོ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་  
 ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་བྱིན་སྐྱོང་སོ། ། བྱང་



སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་གསུམ་པོ་དེར་བྱངས་ངེས་ཏེ། བྱང་སེམས་  
 རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་མཐའ་དག་ནི་རང་རྒྱུད་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་རྒྱུད་  
 སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། རང་རྒྱུད་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་འགལ་  
 རྒྱུན་ཉེས་སྤྱད་སྤོང་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ལེགས་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་གཉིས་སུ་ངེས་  
 པའི་ཕྱིར་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཚུལ་བྱིམས་དང་པོ་གཉིས་བཞག་ལ།  
 གཞན་རྒྱུད་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་  
 བྱིམས་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་གསུམ་གྱི་གོ་རིམ་ཡང་དེ་ལྟར་ངེས་ཏེ།  
 ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་བསྟོན་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ནི། ཚུལ་བྱིམས་ཕྱི་མ་གཉིས་  
 ཀྱི་གཞི་རྒྱུན་ཡིན་ཞིང་། མདོ་ལས། བདག་མ་གྲོལ་བར་གཞན་དགྲོལ་བར་  
 མི་རིགས། བདག་མ་ཞི་བས་གཞན་ཞི་བར་མི་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། རང་རྒྱུད་ལ་ཉེས་སྤྱད་སྤོང་བ་དང་དགེ་བ་སྤྱད་པ་དང་པོར་མ་བྱས་  
 པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཕྱིར་  
 ལེགས་པ་ཞེས་པའི་སྒྲ། དག་པ་དང་། ཕྱིར་མི་སྟོག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་  
 རྟོགས་པ་གསུམ་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེ་གསུམ་ཚུལ་བྱིམས་གསུམ་དང་སྤྱར་བར་  
 གསུངས་པས། སྤོང་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་བསྐྱབས་པས་སྤྱིས་བྱ་གཞུགས་ལེགས་  
 པ་བཞིན་དུ་ཉེས་པས་དག་པར་འགྱུར། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་  
 ལ་བསྐྱབས་པས་ནི། རྟོགས་བྱང་ལས་ཕྱིར་མི་སྟོག་ཅིང་། མི་ཉམས་པས་  
 རིམས་ནད་ཡོངས་སུ་བྱང་བ་བཞིན་དུ་འགྱུར། དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་  
 བྱིམས་ལ་བསྐྱབས་པས་ནི། ཐུམ་པ་ལེགས་པར་གང་བ་བཞིན་དུ་སྤངས་  
 རྟོགས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་སྒྲ་དོན་ཡང་གསུམ་པོ་དེ་ལས་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། སྤོང་

པའི་ཚུལ་ཁྱིམ་གྱིས་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་བྱང་། དགེ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་གྱིས་  
 གྱིས་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་ཚུབ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་གྱིས་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་བྱིར། དང་པོ་ཉེས་སྤྱད་སྒྲིན་པའི་ཚུལ་  
 ཁྱིམ་ནི། བྱང་སེམས་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིན་ལྷན་ཡོན་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གྱིས་ཡང་དག་པར་བྱེད་པའི་སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་  
 བདུན་གང་རུང་གི་སྒྲིན་པ་དང་དེ་དག་དང་ཐུན་མོང་བའི་སྤྱང་སྒྲིན་ནམས་དང་།  
 མིམ་ཡོན་ལྷ་བྱ་སོ་ཐར་གྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་བའི་བྱང་སྒྲིན་དང་ལྷན་པ་ཡོན་ན།  
 དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་དགེ་བར་སྤྱང་ངམ་ལུས་ངག་གི་མི་དགེ་བ་བདུན་སྤྱང་བ་ལྷ་བྱ་  
 རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་སྤྱང་བའི་ཚུལ་ཁྱིམ་སོ་ཐར་དང་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་  
 པ་ནམས་སོ། ། འདིར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིན་པ་ནི། བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་སྤྱང་འཇོག་མི་རུང་སྟེ། སོ་ཐར་གྱི་ཕམ་པས་དེ་བཏང་ཡང་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་མི་གཏོང་ལ། སེམས་  
 བསྐྱེད་བཏང་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིན་པ་མི་གཏོང་བའི་བྱིར་ཏེ། ལམ་རིམ་རྒྱུད་དུ་  
 ལས། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིན་པ་ནི། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྱིམ་གྱི་སྒྲིན་པ་ཡོན་ཡང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་དངོས་མིན་  
 ལ། ལྷག་མ་ལ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་དང་གཞིམ་ཐུན་པ་ཡོད་དོ། ། ཞེས་  
 གསུངས་སོ། ། བྱང་ཚུབ་གཞུང་ལམ་ལས། དེས་ན་ལམ་སྒྲིན་དུ། སོ་  
 སོར་ཐར་པ་རིས་བདུན་གྱི། ཏྲག་དུ་སྒྲིན་གཞན་ལྷན་པ་ལ། བྱང་ཚུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྒྲིན་པ་ཡི། གླལ་པ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡང་ལས་དང་པོ་པ་ལ་སོ་ཐར་རིས་བདུན་གང་རུང་མེད་ན་ཚུལ་  
 ཁྱིམ་གྱི་སྒྲིན་པ་བྱང་པར་ཅན་སྟེ་བའི་གླལ་པ་མེད་ལ། སོ་ཐར་རིས་བདུན་



དང་ཐུན་མོང་པ་རང་བཞིན་སྤྱང་བ་མེད་ན་ཕྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་ཅམ་སྟེ་བའི་  
 སྐལ་བ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། སྔ་མར་རིས་བདུན་མཚན་ཉིད་པ་ཞིག་  
 མེད་ན་ཕྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་མི་སྟེ་བར་བཞེད་པ་མིན་ཏེ། ལམ་སྟོན་འགྲེལ་  
 པར། གཞུང་དེའི་མཚན་སྟུར་དུ། ད་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་འི་རྟེན་  
 ཕྱང་པར་ཅན་བཟུན་པར་འདོད་ནས་ཞེས་གསུངས་པ་འི་ཕྱིར་རོ། ། དོན་  
 འདི་ལ་སྡོམ་གྱི་དུས་སུ་ལྷགས་གཉིས་ཕྱང་སྟེ། འདི་ལྟར། ཕྱང་སེམས་ཀྱི་  
 སྡོམ་པ་སྟེ་བ་དང་། གནས་པ་ལ་སྔ་མར་རྟེན་དུ་དགོས་པར་འདོད་པ་རྟེན་  
 བཅས་པ་དང་། སྔ་མར་གང་ཡིན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཡིན་པར་བཟུང་ནས་ཕྱང་  
 སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་འི་གོགས་སུ་འདོད་པ་འི་རྟེན་མེད་པའོ། ། དེ་ལ་རྟེན་ཅན་པ་  
 རྣམས་ན་རེ། ཕྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྔ་མར་མར་པ་ཞེས་གསུངས་པས་ཐེག་  
 པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀའི་སྔ་མར་རིས་བདུན་བདུན་ཡོད་ཅིང་། གཞན་ལ་གནོད་  
 པ་ལས་ལྷག་པའི་སྔ་མར་རིས་བདུན་སྟེ་ཅམ་པ་ཞིག་རྟེན་དུ་དགོས་ཏེ། མན་  
 འདོགས་པ་ལ་གནོད་པ་ལས་ལྷག་པས་ཕྱབ་པས་སྔ་ཞེས་སྟགས་ཟེར་རོ། །  
 འདི་ནི་མི་རིགས་ཏེ། རིས་བདུན་གྱི་སྔ་མར་སྟེ་བའི་རྟེན་དུ་དགོས་ན་ཕྱང་  
 སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་སྟེ་བའི་ལྷ་མི་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཞིང་། གནས་པའི་རྟེན་དུ་  
 དགོས་པ་དང་། ཤི་འཕྲོས་པས་མི་གཏོང་བའི་རྒྱན་ཆགས་པ་ཡིན་ན། ལྷ་  
 དང་དུད་འགྱུར་དགོས་སྤྱང་སྟགས་སྤྱད་པར་འགྱུར་རོ། ། རྟེན་མེད་པ་དག་ན་  
 རེ། རང་དོན་གྱི་བསམ་པ་མ་ལྷག་ན་ཕྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་མི་སྟེ་བའི་ཕྱིར།  
 སྟེ་བའི་གོགས་ཡིན་ལ། ཕྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་ལྷན་གྱིས་རང་དོན་གྱི་བསམ་པ་  
 བསྟེད་ན་སྡོམ་པ་དེ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་གནས་པའི་གོགས་སོ། །  
 ཞེས་ཟེར་བ་ནི། སྔ་མར་གྱི་སྡོམ་པ་དང་ཐེག་དམན་གྱི་བསམ་པ་གཉིས་ཕྱང་

བར་མ་ཕྱེད་པའི་འབྲུལ་པ་སྟེ། འདི་ལྟར། ཕྱང་སེམས་ཀྱི་སྡོམ་པ་སྟེ་བ་ལ་  
 ཐེག་དམན་གྱི་བསམ་པ་བཏང་དགོས་ཀྱང་། སྔ་ཐར་བཏང་མི་དགོས་ལ།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་ཐེག་དམན་གྱི་བསམ་པ་བསྟེན་ན། ཐེག་ཆེན་ལས་  
 ཉམས་ཀྱང་སྔ་ཐར་མི་གཏོང་སྟེ། སྔ་ཐར་ནི་ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མོང་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བསམ་པ་དེ་སྔ་ཐར་གྱི་གཏོང་རྒྱུ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། སྔ་ཐར་གྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་སྡོམ་པ་གོང་མ་ལེན་པ་ནི། ཐུན་ཐུན་  
 ཆོགས་པའི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ། གཞན་དུ་ན། ཕྱང་ཚུབ་གྱི་  
 སེམས་དང་ལྡན་པའི་དགེ་སྤྲོད་མི་སྤྲོད་པར་ཐལ། འདྲིང་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 འདྲིང་ན། མགོན་པོ་ལྷ་སྤྱབ་ཆོས་ཅན། དགེ་སྤྲོད་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཕྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རབ་དུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ཏེ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདྲིང་མི་རུས་ཏེ། དགེ་སྤྲོད་ལྷ་ཞེས་དེ་འབོད་  
 འབྱུང་། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེར་མ་ཟད་དགེ་སྤྲོད་གི་སྡོམ་པ་  
 ལྷགས་སྡོམ་སྟེ་བའི་རྟེན་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པ་སྟགས་དུས་འཁོར་ཙུང་ལས་  
 གསུངས་པས། སྡོམ་པ་གོང་མ་ལ་གནས་པར་སྡོམ་ནས་འོག་མ་འདྲོར་བར་  
 ཕྱེད་པ་ནི། བསྟན་པའི་རྩ་བ་གཙོ་བོ་ཕྱེད་ཀྱི་ལྷག་རྟོག་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ལ།  
 འདི་ལྟ་བུའི་ལྷག་རྟོག་འབྱུང་བ་བསྟོན་པའི་ཕྱིར་དུ། འཕགས་པ་སྡོམ་པ་  
 གསུམ་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། དེས་ཇི་སྐད་དུ་བསྟན་པའི་སྔ་སར་ཐར་པ་དང་  
 མཐུན་པར་བྱའོ། ། འོད་སྤངས། གང་དག་སྔ་སར་ཐར་པ་དང་མི་མཐུན་  
 པར་བྱ་བར་སེམས་པ་དེ་དག་ནི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་། མི་འཇིགས་  
 པ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱ་བར་སེམས་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 འོན་སྡོམ་པ་གསུམ་གང་ཟག་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུམ་ན།



ཁ་ཆེའི་པ་ཏ་ཆེན་ཤུ་ཤིའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་ས་སྐྱ་པ་ན་མས་ཀྱིས་སྡོམ་གསུམ་  
 གནས་འགྱུར་དང་། བཀའ་རྒྱུད་པས་གཏོང་གནས་ཐ་དད་ཏུ་འདོད།  
 རང་ལུགས་རྩེ་ཅོང་ཁ་པའི་བཞིན་པ་ནི། སྡོམ་པ་གསུམ་ལུན་གྱི་གང་ཟག་  
 གཅིག་གི་རྒྱུད་གྱི་སྡོམ་པ་གསུམ་རང་རང་གི་ཐོག་མའི་རྒྱ་ཆོག་ས་རིགས་མི་མཐུན་  
 གྱི་ཆོག་ཐ་དད་ལས་སྐྱེས་པས་ཐོབ་ཚུལ་སྔ་སྔར་ངེས་ཤིང་། དེའི་དབང་གིས་  
 མཐར་གཏོང་བའི་རྒྱ་ཡང་སྔ་སྔར་ངེས་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་གནས་སྐབས་སུ་  
 སྡོམ་པ་འོག་མ་བསྐྱུང་བ་ཡང་གོང་མའི་ཀྱན་སྤྲོད་བྱུང་པར་ཅན་གྱིས་ཟིན་པའི་  
 རྒྱུན་གྱིས། གནས་སྐབས་གྱི་རྒྱུན་དེ་དང་མ་བྲལ་གྱི་རིང་ལ་འོག་མ་ཡང་གོང་  
 མའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། སྐབས་བདེ་དབྱེར་མེད་དང་། རིགས་  
 རྒྱུད་པན་ཚུན་གཅིག་བཀག་ན་ཅིག་ཤོས་ཁེགས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྲོད་དུངས་ཤིང་བྱི་མ་མེད་པར་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་དུངས་པའི་ནང་  
 ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆད་ལ་སྔགས་པ་བརྟག་པ་ན། དེ་སྤྲོད་ཏུ་རྒྱུ་མཛོག་གྱུང་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཁོད་གཅིག་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་མོད་གྱི། རྒྱ་དང་རིན་པོ་ཆེ་དེ་དག་  
 པན་ཚུན་གཅིག་བཀག་གྱུང་ཅིག་ཤོས་མི་ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན།  
 བྱུང་ས་ལས། སྔ་སྔར་ཐར་པའི་སྡོམ་པ་ནི། བྱུང་ཚུལ་སེམས་དཔའི་སྡོམ་  
 པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། རྩུགས་གཅིག་ཉིད་ཏུ་རིག་པར་བྱའོ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སེམས་ཀྱིས་ཉེས་སྤྱད་བསྐྱུང་བར་ཁས་སྒྲུངས་  
 པའི་ཚུལ་བྱིམས་དེ། བྱུང་སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྤྱད་སྡོམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད། དག་པའི་ཆོས་སུད་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ནི། མདོར་ན་བྱུང་སེམས་ཀྱི་  
 སྡོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་པའི་འོག་ཏུ། དེའི་རྒྱུད་གྱི་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་བྱུང་  
 ཚུལ་གྱི་སེམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་ཟིན་པའི་སྒྲོན་ས་པ་རྣམས་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ།

སྐྱེས་པ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་དགོ་བ་བསགས་པ་གང་ཅིའང་རུང་བ་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་དོ། ། ཇི་ལྟར་སྒྲོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ལྟར་དགོ་བ་བྱེད་  
 བར་ཁས་སྒྲུང་ས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚུལ་བྱིམས་དེ། དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་གྱི་ཚུལ་  
 བྱིམས་གྱི་མཆོན་ཉིད། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྱིམས་ནི། དོན་བྱ་  
 ཡུལ་བརྒྱ་གཅིག་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དོན་བྱ་བ་བརྒྱ་གཅིག་རེ་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་སྐྱབ་  
 པའོ། ། སྒྲུལ་ལ། གྲོགས་བྱ་ཐབས་སྒྲུང་ས་པན་འདོགས་དང་། །  
 འཇིགས་པས་ཉེན་དང་མྱ་ངན་གཟིར། ། ཡོ་བྱད་གྱིས་སྒྲུང་ས་གནས་འཆར་  
 འདོད། ། སྒྲོལ་ཐུན་འདོད་དང་ཡང་དག་ཁྱགས། ། ལྷག་པར་ཁྱགས་དང་  
 རྩ་འཕྲུལ་གྱི། ། གཏུལ་བྱ་དོན་བྱེད་བརྒྱ་གཅིག་ཡིན། ། ཞེས་སོ། ། དེ་  
 ལ་འགྲོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྲོགས་བྱེད་པ་དང་། ཉེས་པ་མེད་པའི་ལས་ཀྱི་  
 ཐབས་བསྟན་པ་སྐྱེས་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། བྱང་པ་ལ་སྒྲོན་སྒྲིན་པ་དང་།  
 སྒྲུང་བ་ལ་སྒྲུང་བྱིད་བྱེད་པ་སྐྱེས་གྲོགས་བྱ་དགོས་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྒྲོ་དང་འཆོམས་པའི་ཆོས་བསྟན་ནས་ཉེས་སྦྱོད་ལས་  
 བསྒྲོག་པ་ཐབས་ལ་སྒྲུང་ས་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། ལྟར་རང་ལ་པན་འདོགས་  
 པ་རྣམས་ལ་བྱས་པ་གཞི་བའི་ཕྱིར་འཕྲུལ་དང་ཡུན་གྱི་པན་བདེ་བསྐྱབ་པ་པན་  
 འདོགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་མི་དང་མི་མ་ཡིན་སྐྱེས་  
 ཀྱི་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱབ་པ་འཇིགས་པས་ཉེན་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། པ་མ་  
 སྐྱེས་གཉེན་བཤེས་དང་། སྒྲུང་ས་སྦྱོད་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མྱ་ངན་མི་རྟག་  
 པ་བསྟན་པས་སེལ་བ་མྱ་ངན་གྱིས་གཟིར་བའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། སྒྲུང་ས་སྦྱོད་  
 ཀྱིས་སྒྲུང་ས་པ་རྣམས་ལ་ཟས་སྒྲོལ་གོས་རྒྱན་སྐྱེས་སྒྲིན་པ་ཡོ་བྱད་གྱིས་སྒྲུང་ས་  
 པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། འཁོར་རྣམས་ལ་ཟས་གོས་སྐྱེས་སྒྲིན་པ་དང་།



གདམས་ངག་བརྒྱད་དང་། རྗེས་བསྟན་ལྷ་ཡིས་ཚེས་བསྟན་པ་གནས་འཆར་  
 བར་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ངག་གི་སྦྱོད་པ་གང་གིས་སེམས་ཅན་  
 དེ་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་སྤྱི་བར་སྤང་ན་འདི་ལྟར་བརྟག་སྟེ། སྤྱད་  
 བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་དེས་སེམས་ཅན་དེ་མི་དགེ་བ་ལས་བསྐྱེད་ས་ཏེ་དགེ་བ་ལ་  
 འཇོག་པར་མི་འགྱུར་ན། བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྦྱོད་པ་དེ་འབད་ནས་སྤང་ས་ཏེ་  
 དེའི་སེམས་དང་མཐུན་པར་བྱ་བ་དང་། གལ་ཏེ་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་  
 དེས། གཞན་དགེ་བ་ལ་འཇོག་པར་ལུས་ན་ནི་གཞན་ལ་སྤྱིང་བཅེ་བ་ཁོ་ན་ཏེ་  
 བར་བཟུང་ནས་གཞན་གྱི་སེམས་དང་མཐུན་པར་མི་བྱ་བར་སྦྱོད་པ་དེ་ལ་འཇུག་  
 པ་སྤྱི་མཐུན་པར་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། དད་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་  
 ཐོས་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ལ་དེ་དང་དེའི་གཏམ་གྱིས་གཟེངས་བསྟོད་  
 པ་ཡང་དག་པར་བྱགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། ཉེས་པ་བྱེད་པ་རྒྱུ་འབྱེད་  
 ཆེ་གསུམ་ལ་སྦྱང་བ་པ་དང་། ཆད་པ་རྒྱུ་འབྱེད་ཆེ་གསུམ་གྱིས་ཆར་བཅད་  
 པ་ལོག་པར་བྱགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་། ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་རྣམས་གདུལ་  
 བའི་ཕྱིར་ཆ་གང་གི་དབྱེད་པ་སོགས་སྤུལ་ནས་སྦྱོ་བར་བྱས་ཏེ་ཉེས་སྦྱོད་ལས་  
 བསྐྱོད་པ་སོགས་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་གདུལ་བར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་སྟེ་བརྟུ་  
 གཅིག་གོ། ། དེ་ལ་གདམས་ངག་བརྒྱད་ནི། སེམས་མི་གནས་པ་དམིགས་  
 པ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་དུ་གདམས་ངག་ལྟ་སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེས་  
 དང་། གཏི་ལྷག་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། རྣམ་རྟོག་ཤས་ཆེ་བ་ལ། རིམ་  
 བཞིན་དུ་མི་སྤྱད་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་། ཉོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་  
 བ་དང་། ལམས་ཀྱི་རབ་རུ་དབྱེ་བ་དང་། དབྱགས་འབྱུང་རུབ་རྗེས་སུ་  
 དྲན་པའོ། ། སེམས་གནས་པ་ལ་རང་གི་དོན་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྟག་ཆད་

དུལ་པའི་གཉེན་པོར་རྟག་ཆད་དང་བྲལ་པའི་དབུ་མའི་ལམ་སྟོན་པའི་གདམས་  
 ངག་གཅིག་གོ། ། ལམ་མངོན་དུ་མ་བྱས་པར་བྱས་སྟེ་ལམ་པ་དང་། འབྲས་  
 བུ་མ་ཐོབ་པར་ཐོབ་པོ་སྟེ་ལམ་པའི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་འདྲོར་དུ་འཇུག་པའི་  
 གདམས་པའི་གཉེས་ཏེ། གནས་པ་དང་། རྣམ་པར་སྒྱུར་པ་དང་། སྦྱར་  
 བ་འདྲོར་བ་གསུམ་དུ་བསྟུའོ། ། རྗེས་སུ་བསྟན་པ་བྱིན་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། ཁན་  
 མ་ཐོབ་དང་བཅས་པ་ནི་མི་རུང་ངོ་ཞེས་དགག་པ་དང་། ཁན་མ་ཐོབ་མེད་པ་  
 ནི་རུང་ངོ་ཞེས་གནད་པ་དང་། བཀག་པ་ལ་སྦྱོད་ན་དེ་ལས་ལྷོག་པའི་བྱིར་དུ་  
 བསྐྱལ་བ་དང་། དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་གཏོང་ན་ཆར་བཅད་པ་དང་།  
 གནད་བཀག་མ་ནོར་བའི་སྦྱོད་པ་ལ་དགའ་བར་བྱ་བའོ། ། ཚུལ་བྲིམས་  
 གསུམ་སྟུན་སྟུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱུ་ནི། དུས་གསུམ་གྱི་འདྲོད་པ་ལ་མི་ལྟ་བ་སྟགས་  
 དང་། བྱིན་དུག་གི་མི་མ་སྟུན་སྟུགས་དང་དུ་མི་ལེན་པ་དང་། གཞན་གྱི་བྱ་  
 བ་བྱེད་པའི་སྟུགས་བྱེད་པ་སྟགས་གསུམ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་  
 སྟུན་སྟུམ་ཆོགས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡང་བྱང་སེམས་དེའི་རྒྱུད་ལ་  
 སྟོན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་གཉིས་དང་  
 ལྡན་ན། དུས་དེའི་ཆོ་དངོས་སུ་སྤང་བྱ་སྟོན་པའི་སེམས་པ་དང་། བྱ་བ་  
 བྱེད་པའི་སྟུགས་བྱེད་པ་སྟགས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དངོས་སུ་བྱེད་པའི་སེམས་  
 མེད་པ་སེམས་གཞན་དུ་གཡེངས་པ་དང་། གཉིད་ལྷག་པའི་ཆོ་ཡང་ཚུལ་  
 བྲིམས་དེ་གཉིས་ཡོད་དེ། བྱང་ཚུབ་གཞུང་ལམ་ལས། དེ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་  
 དོན་དངོས་སུ་མི་བྱེད་པའི་ཆོ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་དང་མི་ལྟ་  
 པར་ཐལ་པའི་སྦྱོན་མེད་དེ། དངོས་སུ་སྤང་བྱ་སྟོན་པའི་སེམས་མེད་པ་ཡིད་  
 གཞན་དུ་གཡེངས་པ་དང་གཉིད་ལྷག་པ་སྟགས་གྱི་ཆོ་སྟོན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཡོད་



བ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདི་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་  
 པར་ཚུལ་བྲིམས་ལེའུའི་རྣམ་བཤད་ལས་ཤེས་པར་བྱོལ། ། ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་  
 སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱེད་པར་ཁས་  
 སྒྲུངས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་  
 ཀྱི་མཆན་ཉིད། སྟོན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་འདི་ནི་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་དང་འབྱུར་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན། ཞེས་པ་ནི། སྟོན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས་ཚུལ་བྲིམས་  
 ཐམས་ཅད་སྤྱད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟོན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་ལྡན་ན་ཚུལ་  
 བྲིམས་ཐམས་ཅད་རང་རྒྱུད་ལ་འབྱུར་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་  
 སྟོན་མོ། ། མཐོ་རིས་ཐར་པའི་བདེ་ལམ་སྤྲུགས་ཀྱི་དོན། མཐོ་རིས་དང་  
 ཐར་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་ལམ་དུ་གྱུར་བའི་དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ལམ་བརྒྱ་པོ་  
 འདི་ལས་ཉམས་པར་མི་བྱ་ཞིང་། དགེ་བ་བརྒྱ་པོ་འདི་ལ་གནས་པས་འགྲོ་བ་  
 རྣམས་ལ་མན་པར་བསམས་པའི་བསམས་པའི་བྱེད་པར་དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། ངག་དང་། ལུས་དང་། ཡིད་རྣམས་མི་མཐུན་  
 རྒྱུགས་ལས་ཡང་དག་པར་བསྐྱམ་པར་བྱ་བ་ནི། མདོར་བསྟུས་པའི་ཚུལ་  
 བྲིམས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཡིན་ཞེས་རྒྱལ་བས་གསུངས་ལ། མི་དགེ་བརྒྱ་སྟོང་  
 བཞི་ཚུལ་བྲིམས་མ་ལུས་འདུ་བའི་གཞི་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་མི་དགེ་བརྒྱ་སྟོང་  
 གི་ཚུལ་བྲིམས་འདི་དག་རྣམ་པར་སྤྱད་པར་གྱིས་ཞེས་པའོ། ། ས་མཐོན་པོའི་  
 ཚུལ་བྲིམས་ལ་བསྟུན་ཚུལ་ལ་སྟོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། སྟོན་ཡུལ་ཀ་ཤིའི་  
 རགས་རྒྱལ་པོ་ན། གོང་མ་སྟེག་དང་། རི་བོང་དང་། སྟེལ་དང་།  
 སྤང་པོ་ཆེ་གཅིག་བཅས་བཞི་པོ་པན་ཚུན་ཡིད་གཏུགས་ཤིང་ལྟན་ཅིག་མཐུན་  
 པར་དགའ་བས་གནས་པ་ན། དེ་རྣམས་ཀླན་རིམ་ལ་བསྟེན་བཀུར་བྱ་བའི་སྟོ

སྒྲུལ་ཏེ། གོང་མ་སྒྲེག་གིས་ཤིང་ཅུ་ཤོ་རྒྱ་ཁྱིམ་བཅུ་པ་དང་། སྒྲུང་པོ་ཆེན་  
 རེ། ངས་དང་པོར་ལམ་འདི་ནས་འགྲོ་བ་ན་ཤིང་འདི་ཁོ་བོའི་ལུས་ཆད་དང་  
 མཉམ་པ་ཅམ་དུ་མཐོང་ངོ་ཟེར། རྩེའུ་ན་རེ། བདག་གིས་དང་པོར་ཤིང་  
 འདིའི་སྤྲིད་དུ་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཆད་ཅམ་དུ་མཐོང་ངོ་ཟེར། རི་བོང་ན་རེ། ཁོ་  
 བོས་འདིའི་ལོ་མ་གཉིས་ཅམ་སྒྲུལ་པའི་ཆེ་སྤྲིང་གི་ཟིལ་བ་བཟུགས་པ་ཡིན་ཟེར།  
 གོང་མ་སྒྲེག་ན་རེ། བདག་གིས་འདིའི་ས་བོན་ཟོས་ནས་རྒྱལ་པ་བཏང་བ་ལས་  
 ཤིང་འདི་སྒྲུལ་པ་ཡིན་ཟེར་བས། འོ་ན། རིམ་བཞིན་དུ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཆུན་  
 བས་བསྟེན་བཀྱར་བུའོ་ཞེས་སྒྲུལ་ཏེ། འགྲོ་བའི་ཆེ་སྒྲུང་པོ་ཆེ་ལ་རྩེའུ་དང་།  
 དེ་ལ་རི་བོང་དང་། རི་བོང་ལ་གོང་མ་སྒྲེག་ཞོན་ནས་འགྲོ་བར་བྱེད་དོ། །  
 དེ་ནས་ཡང་འདི་ལྟར་སྒྲུལ་ཏེ། གོང་མ་སྒྲེག་ན་རེ། ད་ནི་བདག་ཅག་  
 སྒྲེག་གཅིད་སྒྲུང་ངོ། ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་མ་ཕྱིན་ལེན་དང་། འདོད་ལྟག་  
 དང་། བཟུན་དང་། ཆར་སྒྲུང་ངོ། ། ཞེས་རིམ་པར་སྒྲུང་ས་ནས་བསྐྱབ་  
 པའི་གཞི་ལྷ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཏོ། ། དེའི་ཆེ་གོང་མ་སྒྲེག་གིས་སྒྲུལ་པ། ད་  
 བྱི་གཞན་དག་ལ་འང་ཕན་པར་བུའོ་ཞེས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་རིགས་དང་།  
 གཞན་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལ་བཀོད་ནས་ཀ་ཤིའི་ཡུལ་གྱི་དུད་འགྲོ་  
 ཐམས་ཅད་གཞི་ལྷའི་བརྒྱལ་ཁྱེགས་སྒྲུང་ས་ཏེ། ཕན་ཚུན་གནོད་པ་མི་བྱེད་  
 པར་ནགས་སྒྱག་པོ་དེ་ན་དགའ་བར་གནས་སོ། ། དེའི་མཐུས་ལྷས་ཆར་ཆུ་  
 དུས་སྒྱུ་ཕབ་ཅིང་། ཏྲག་ཏུ་ལོ་ཕྱགས་འཕེལ་བས། ཡུལ་དེར་བཀྱ་ཤིས་དང་  
 དགེ་མཆོན་གྱིས་བྱུང་བ་ན། རྒྱལ་སྒོན་སྒྲོགས་དང་། ཡུལ་མི་རྣམས་སོ་སོར་  
 རང་རང་གི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་ཡིན་པར་སྒྲུལ་པས། མམ་ཐུན་ནས། དེ་  
 བྲུང་སྤྲོང་མདོན་ཤིས་ལྷ་ལྷན་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་དྲིས་པས། དྲུང་སྤྲོང་ན་རེ།



འདི་ནི་གཞན་གྱི་མཐུ་མ་ཡིན་གྱི། ཡུལ་འདི་ནས་སྤྲོ་གཞག་ས་བཞི་གནས་པ་དེའི་  
 མཐུ་ཡིན་པས། བྱིད་ཅག་ཀྱང་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྡ་པོ་དེ་མངས་ཤིག་ཅེས་  
 བསྐྱལ་བས། རྒྱལ་པོ་འཁོར་བཅས་དང་། རིམ་གྱིས་རྒྱལ་ཕྱན་དང་།  
 འཛམ་བུའི་སྤྱིང་གི་སྐྱོབ་པ་ལ་ཆེ་བས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྡ་བསྐྱུངས་པས། ལུས་  
 ཞིག་ནས་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ལྷའི་འཁོར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏོ། ། དེའི་ཆེ་  
 བརྒྱ་བྱིན་གྱིས། གྲུས་བཅས་ཞིས་ར་བཅས་པ་དང་། ། དཀའ་ཕྱབ་ཆལ་ན་  
 གནས་པ་ཡི། ། གོང་མ་སྤྲོ་གཞི་ས་ཆངས་སྤྱད་དག ། འཇིག་རྟེན་ས་སར་  
 རབ་ཏུ་བསྟན། ། ཞིས་སྤྲུལ་ས། ། དེས་ན་རྒྱན་རབས་ལ་གྲུས་པ་དང་།  
 ཞིས་དང་། བཀྱར་སྟོབ་གྱིས་ན་རང་གི་བསོད་ནམས་རྒྱས་ཤིང་ཡུལ་ཕྱོགས་སུ་  
 བཀྱ་ཤིས་དང་། དགེ་མཆོན་འབྱུང་བས་འདི་ལ་ནན་ཏན་བྱ་དགོས་སོ། །  
 བཟོད་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ། རྗེའི་ཉམས་མགུར་ལས། བཟོད་པ་  
 སྟོབས་ལྡན་ནམས་ལ་རྒྱན་གྱི་མཆོག ། ཉན་མངས་གདུང་བའི་དཀའ་ཕྱབ་  
 ཀྱན་གྱི་ཕུལ། ། ཞིས་ལ་ལག་འཁྱའི་དག་ལ་ནམ་མཁའ་ཤིང་། ། ཆོག་རྒྱུ་བ་  
 མཆོན་ལས་བའི་གོ་ཆ་ཡིན། ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་བཟོད་མཆོག་གོ་ཆ་ལ། །  
 རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་གོམས་པར་མཛད། ། རྣལ་འབྱུར་ངས་ཀྱང་  
 ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། ། ཐར་འདོད་བྱིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་  
 སོ། ། ཞིས་སོ། ། དེ་ལ། མི་འབྲུགས་པའི་སེམས་པ་བཟོད་པའི་མཆོན་  
 ཉིད། མི་འབྲུགས་པའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་ལྡན་བཟོད་པའི་ཕར་བྱིན་གྱི་  
 ཉམས་ལེན་གྱི་ངོ་བོ། མི་འབྲུགས་པའི་སེམས་པ་གོམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
 ན་བཟོད་པའི་ཕར་བྱིན་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། ། རང་གི་སྤྲོ་གཞི་གཅོད་པ་སྤྲོ་གས་  
 གཞོད་པ་བྱིད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བཟོད་པ་བསྐྱེལ་དགོས་ཏེ། རྫོགས་ཆེན་པོས།

གནོད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཁོང་མ་ཁྱོ་ གནོད་པ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་ན་བཟོད་པ་ཇི་ཅམ་ན་  
 བསྐྱེམ་། ཉོན་མོངས་པ་ནམ་བུ་ཅན་གཉིན་པོ་དུན་དགོས་པ་ཡིན། ཉོན་  
 མོངས་པ་ཁ་ཁྱུ་ལ་དུ་བཏང་བའི་ཆོས་ཀྱིས་དགོས་པ་ཅི་ཡོད། ཅེས་གསུངས་  
 བའི་བྱུང་རྒྱུ། ། བཟོད་པ་བསྐྱེམ་ཚུལ་ལ་དགོས་བཤེས་བྱུན་ལྟ་བུ་ལ་ཁོང་གྱི་ལ་  
 ཆོག་ས་སུ་གསུངས་པ། བྱུང་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་གཉིས་སུ་འདུས་ཏེ་སྤྲོད་  
 གསུམ་དང་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་ཐམས་ཅད་འདུས། ཆོས་དེ་གཉིས་ཉམས་སུ་ལེན་  
 པ་ལ་བཟོད་པ་གལ་ཆེ། བཟོད་པ་མེད་ན་ཚུར་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཐར་  
 ལན་བྱེད་དུ་འགྱུ། དེ་ལྟར་བྱས་ཅན་གནོད་པ་ལས་ལྷག་པ་མེད། དེ་མེད་  
 ཅན་པན་འདོགས་པ་མེད། དེས་ན་ཆོས་མགོ་འདོན་པ་ལ་བཟོད་པ་དགོས།  
 དེ་ལ་བཟོད་པའི་བསྐྱེམ་ཐབས་བཞི་ཉེ། མདའ་ལན་འབེན་འཇུགས་ཀྱི་ཚུལ་  
 ཀྱིས་བསྐྱེམ་པ་དང་། བྱམས་སྤྱོད་ཇེ་འེ་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱེམ་པ་དང་། སློབ་  
 དཔོན་སློབ་མའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱེམ་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱེམ་པ་འོ།  
 དང་པོ་མདའ་ལན་འབེན་འཇུགས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱེམ་པ་ནི། དཔེར་ན་  
 འབེན་མ་བཙུགས་ན་མདའ་མི་ཕྱག་ལ། མདའ་ཕྱག་པ་དེ་འབེན་བཙུགས་  
 པས་ལན་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་ལྡན་མའི་ལས་ཀྱི་འབེན་བཙུགས་པས་ཆེ་འདི་  
 ལ་གནོད་པའི་མདའ་ཕྱག་ཉེ། དེས་ན། ཆེ་འདི་ལ་གཞན་གྱི་གནོད་པ་བྱུང་  
 བ་དེ་རང་གི་ཆེ་ལྡན་མའི་ལས་ངན་བསགས་པས་ལན་པ་ཡིན་པས་གཞན་ལ་ཁྱོ་བར་  
 མི་རིགས་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་པས། འདི་ལྟར་ཐར་གནོད་མ་བྱས་ན། །  
 འགའ་ཡང་ཚུར་ལ་གནོད་མི་བྱེད། ། བདག་གིས་སྤྱོད་ཆད་སེམས་ཅན་ལ།  
 འདི་འདྲ་བ་ཡི་གནོད་པ་བྱས། ། དེས་ན་སེམས་ཅན་འཆེ་བྱེད་པའི། །  
 བདག་ལ་གནོད་པ་འདི་འབྱུང་རིགས། ། ཞེས་སོ། ། དེར་མ་ཟད། ཆེ་



འདི་རང་དུ་འང་ཆེ་སྟོང་ལ་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པའི་ལན་ཆེ་སྟོང་ལ་འོང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་སྟེང་། ལྷ་བ་སྟེང་། ཞག་སྟེང་ལའང་། ད་ལྟ་  
 ཉིད་དུ་འང་གཞན་ལ་གཞན་པའི་ཆོག་དང་། སྟོང་པ་ངན་པའི་འབེན་  
 བཅུགས་ན་དེ་ཀའི་སྟེང་དུ་ཆོག་ངན་ལ་སྟགས་པའི་མདའ་འོང་། དེས་ན་  
 ཐམས་ཅད་རང་གིས་འབེན་བཅུགས་པས་ཕ་རོལ་གྱི་གཞོན་པའི་མདའ་བྱང་བ་  
 ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་གཞན་ལ་ཁྱོ་བར་མི་བྱ་གསུང་། བྱམས་སྟེང་རྗེའི་  
 ཚུལ་གྱིས་བསྐྱེལ་པ་ནི། དཔེར་ན། སྟོན་པ་ཞིག་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་  
 ལ། གཞན་ཤེས་པ་སོན་གནས་པ་ཀུན་སྟོན་པའི་ཁ་ལྷ་མི་བྱེད་པར། རེ་  
 སྟག་སྟེང་རེ་རྗེ་བེར་ནས་ལན་མི་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་བདག་ལ་གཞོན་པ་  
 བྱེད་པ་དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་དྲག་པོའི་གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པའི་སྟོན་པ་ཆེན་པོ་  
 ཡིན། རེ་སྟག་སྟེང་དུ་སྟེང་རྗེ་བསྐྱེལ། དེ་ཡང་གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པའི་  
 སྟོན་པ་དེ་སྟོ་ཆ་བས་ཚུང་སྟེ། རང་གཞན་གྱི་ལུས་སྟོག་ལ་གཞོན་པ་ཅམ་ལས་  
 མི་བྱེད་པས་གཞོན་ཆ་བས་ཚུང་། ལོ་འགའ། ལྷ་བ་འགའ། ཞག་འགའ་  
 ཅམ་གྱི་སྟོན་པ་ཡིན་པས་ཡུན་ཐུང་། དེ་བས་ཤེས་པ་སོན་གནས་པའི་མི་  
 སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་འདི་སྟོ་ཆ་བས་ཆེ་སྟེ། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་  
 པནས། མཐའ་མ་མེད་པར་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་བས་ཡུན་རིང་།  
 ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོན་པ་ལས་མི་དགོ་བ་བཀམ་མེད་པར་སྟོང་པས་ངན་སོང་  
 གསུམ་གྱི་སྟག་བསྟེན་ལ་བསྟེད་པས་གཞོན་ཆ་བས་ཆེ། དེ་བས་སྟེང་རྗེ་ཆ་བས་དེ་  
 ཉིད་ཆེ་བས། བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པ་དེ་ལ་བྱམས་སྟེང་རྗེ་བསྐྱེལ་ཞིང་ཁྱོ་  
 བར་མི་བྱ། སྟོང་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་དབང་གུར་པས།  
 བདག་སྟག་ཉིད་ཀྱང་གསོད་བྱེད་ན། དེ་ཆེ་དེ་དག་གཞན་ལུས་ལ།

གནོད་མི་བྱེད་པ་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ། དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པས།  
 བདག་བསོད་པ་སྒྲགས་ཞུགས་པ་ལ། ། སྤྱིང་རྩེ་བརྒྱ་ལ་མ་སྒྲེས་ན། ། ཁྱོ་  
 བར་གྱུར་བ་ཅི་ཐོའོ། ། ཅེས་སོ། ། སྤྱིང་དཔོན་སྤྱིང་མའི་ཚུལ་དུ་བསྒྲེས་  
 པ་ནི། དཔེར་ན། བསྐྱབ་པ་འཕྲོགས་པའི་མཁུ་པོ་མེད་ན་སྤྱིང་པ་མེད།  
 ཚེས་འཆད་པའི་སྤྱིང་དཔོན་མེད་ན་ཤེས་ཀྱི་མེད། དེ་བཞིན་དུ་གནོད་པ་  
 བསྐྱེལ་བའི་དགྲ་མེད་ན་བཟོད་པ་མེད་པས། གཞན་བདག་ལ་གཤེ་བ་ལ་  
 སྒྲགས་བདེ་དག་བཟོད་པ་ཉེར་བའི་སྤྱིང་དཔོན་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། དེ་ལ་  
 དགའ་བ་དང་། དྲིན་དུ་གཞོ་བ་བསྒྲེས་ཞིང་། བདག་བཟོད་པ་ལེན་པའི་  
 སྤྱིང་མར་བསྒྲེས་པ་ཁྱོ་བར་མི་བྱུ་གསུངས། ཚེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བསྒྲེས་པ་ནི།  
 དོན་དམ་པར་ན་བདག་ལ་གནོད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། གཞན་གནོད་བྱེད་  
 ཀྱི་མཁུ་པོ་དང་། གནོད་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་ལ། ད་ལྟར་གྱི་བདག་ལ་ཆོལ་བ་ལ་སྒྲགས་པར་སྒྲུང་བ་འདི་ཐམས་  
 ཅད་རང་སེམས་འབྱུལ་བའི་ཆོལ་བུལ། མི་ལམ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ཁྱོ་བར་  
 མི་རིགས་ཏེ། སྤྱིད་འཇུག་ལས། དེ་ལྟར་སྤྱིང་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། །  
 ཐོབ་པ་ཅི་ཡོད་ཤོར་ཅི་ཡོད། ། མི་དགར་ཅི་ཡོད་དགར་ཅི་ཡོད། ། ཡོངས་  
 ལུ་བརྟམས་པའང་ཅི་ཞིག་ཡོད། ། ཅེས་སོ། ། དེས་ན་མི་ལམ་གྱི་དགྲ་ལ་  
 གཉིད་སངས་སྤེལ་དེ་དག་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་ནས་མི་ཁྱོ་བ་ལྟར། ད་ལྟར་  
 གྱི་དགྲ་ཡང་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པར་མི་ལམ་དང་འདྲ་བས། དེ་ལ་  
 ཞེས་པ་མི་བྱུ་བར་བཟོད་པ་བསྒྲེས་ཞིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པ་གནད་  
 ཆེན། ། སྤྱི་ཤི་བ་ནི། དཔེར་ཞུས་པ། མི་བསྐྱུན་པ་ནི། མ་དུལ་  
 བའམ་མ་རུངས་པ། ས་ཐམས་ཅད་ཀོ་བས་གཡོགས་མི་རུས་ཀྱང་ལྟམ་མཐིལ་



གྲི་ཀོ་བས་ས་ཐམས་ཅད་གཡོགས་པ་དང་འདྲ་བར་ཆེར་མ་ལས་བསྐྱུང་རྒྱས་པ་  
 བཞིན་དུ། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཁྱོ་ཡུལ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་མི་རྒྱས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་གྱི་ཁྱོ་  
 བབཅོམ་ན་ཁྱོ་ཡུལ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་པ་དང་འདྲའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་  
 འཇུག་ལས། སེམས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་ཡན་བཏང་བས། ། མནར་མེད་གནོད་པ་  
 ཕྱེད་པ་ལྟར། ། སྤྱང་ཆེན་མ་ཐུལ་སྦྱོས་པ་ཡིས། ། འདི་ན་དེ་འདྲའི་གནོད་  
 མི་ཕྱེད། ། ཀྱན་ནས་དྲན་པའི་ཐག་པ་ཡིས། ། སེམས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་དམ་  
 བཏགས་ན། ། འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་མེད་འགྱུར་ཞིང་། ། དགོ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ལག་ཏུ་འོང། ། ལྟག་དང་སེཛེ་སྤྱང་ཆེན་དེད། ། སྦྱལ་དང་དག་  
 རྒྱུ་ཐམས་ཐམས་ཅད་དང་། ། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྤྱང་མ་དང་། ། ཕྱད་  
 མཛེ་བཞིན་གྱིན་པོ་རྒྱུས། ། སེམས་འདི་གཅིག་ཕུ་བཏགས་པ་ཡིས། །  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཏགས་པར་འགྱུར། ། སེམས་འདི་གཅིག་ཕུ་བཏུལ་བས་  
 བ། ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐུལ་བར་འགྱུར། ། འདི་ལྟར་འཇིགས་པ་ཐམས་  
 ཅད་དང་། ། ལྟག་བསྐལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡང་། ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས། ། ཡང་དག་གསུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཟླ། ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་ཆགས་ཡུལ་ལ་ཟད་མཐའ་མེད་ཀྱང་། ། རང་རྒྱུད་གྱི་  
 ཆགས་སེམས་ལ་གཉེན་པོ་བཟླེན་ན་ཆགས་སེམས་ཞི་བ་བཞིན་ཉན་མོངས་  
 གཞན་ཐམས་ཅད་ལའང་འདྲའོ། ། འབྲོག་གི་མེ་ནི། ལྷང་སྤྱང་གི་མེ་འོ།  
 མད་འཇུགས་པ་ནི། མདས་མི་ཕིགས་པ། ཁོང་ཁྱོས་དགོ་ཅ་འཇོམས་པའི་  
 རྟོན་ལ་གསུམ། གཞོམ་ཕྱའི་དགོ་ཅ་རོས་བབྱུང་བ། ། དགོ་ཅ་འཇོམས་པའི་  
 ཉེན་གྱི་གང་ཟག་རོས་བབྱུང་བ། ཁོང་ཁྱོས་དགོ་ཅ་བཅོམ་པའི་རྟོན་བཤད་  
 པའོ། ། དང་པོ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་

བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚཱལ་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་དགོ་ཅ་ནམས་སྟེ། ། གཉིས་པ་ནི།  
 ཁྱོད་ལྟལ་ལས་ཐོབ་མ་ཐོབ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། ཁྱོད་པའི་རྟེན་ནི་སྐྱེས་རིས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱེས་པས་སྟེ།  
 འདི་ལ་རྒྱག་ལས། བྱང་སེམས་སྟོབས་ཆེ་བས་རྒྱུད་པ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་འཕྱག་  
 པ་སྟེ་གསལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱུས་པ་བརྒྱུད་བསྐྱུས་པའི་དགོ་ཅ་འཛོམས་  
 པ་དང་། བྱང་སེམས་སྟོབས་རྒྱུད་པས་ཆེ་བ་ལ་ཁྱོད་སེམས་གཅིག་བསྐྱེད་ན་  
 དམུལ་བར་བསྐྱུས་པ་གཅིག་གནས་པ་དང་། བསྐྱུས་པ་གཅིག་ལ་གཞི་ནས་  
 ལམ་ལ་སྟོབ་དགོས་པ་དང་། བྱང་སེམས་སྟོབས་མཉམ་པས་མཉམ་པ་ལ་ཁྱོད་  
 སེམས་གཅིག་བསྐྱེད་ན་དམུལ་བར་བསྐྱུས་པ་གཅིག་གནས་པ་ལྟ་བུའི་ངན་  
 སེམས་ཀྱི་གྲངས་དེ་སྟེད་ཀྱི་བསྐྱུས་པར་དམུལ་བར་གནས་དགོས་པ་དང་།  
 གཉིས་པ་དང་གསུམ་པས་དགོ་ཅ་བཅོམ་ཚུལ་ཡང་སྟེ་མའི་རིགས་པས་དཔགས་  
 བ། བྱང་སེམས་མཉམ་པས་མཉམ་པ་ལ་ཁྱོད་བསྐྱུས་པ་བརྒྱུད་ལས་ལྟག་པ་  
 དང་། སྟོབས་རྒྱུད་པས་ཆེ་བ་ལ་ཁྱོད་དེ་བས་ཀྱང་ལྟག་པའི་དགོ་ཅ་བཅོམ་  
 པར་ཤེས་རུས་སྟེ། ། བྱང་སེམས་མ་ཡིན་པས་བྱང་སེམས་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེད་  
 འཕྱག་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་། བསྐྱུས་པ་སྐྱེད་དུ་བསྐྱུས་པའི་དགོ་ཅ་  
 འཛོམས་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱིས་བྱང་སེམས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་ཉེས་པ་  
 བསྐྱེད་མོད་ཀྱང་གཞི་ནས་གོ་ཆ་བཤོ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ལ། བྱང་སེམས་མ་ཡིན་  
 པ་ལ་བྱང་སེམས་མ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱི་དགོ་ཅ་འཛོམས་པར་བཤད་དེ།  
 ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྟེ་པའི་གཞུང་བསྐྱུས་བརྒྱུས་སུ་བྱངས་པ་ལས། དགོ་  
 སྐྱེད་དག དགོ་སྐྱེད་གིས་འདི་ལྟར། སྐྱེད་དང་སེན་མའི་མཆོད་རྟེན།  
 ཞེས་སྟེ་གསལ་གཞུང་ཉིད་དུ་བྱངས་པ་ལྟར་རོ། ། དེ་ལྟར་བྱང་སེམས་བདག་



ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོ་ཅ་ན་མས་འཛོམས་པར་གསུངས་ན། སྒྲོགས་མི་ཟད་པར་  
 བསྟན་པའི་མདོ་ལས་ཆུ་ཐིགས་ཀྱི་མཆོར་ལྷུང་པའི་དཔེས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྒྲུབ་  
 པའི་དགོ་ཅ་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར་མི་ཟད་པར་གསུངས་པ་དང་། སྒྲོགས་པོ་  
 བཀོད་པའི་མདོར་གསེར་འགྱུར་གྱི་ཆེས་ལྷགས་གསེར་ཏུ་བསྒྱུར་ཡང་། བྱང་  
 ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དངུལ་ཆུའི་ཁམས་ནི། ལས་ཉོན་གྱི་ལྷགས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས་ཟད་པར་བྱེད་མི་རུས་པར་གསུངས་པ་ཅི་ཡིན་སྟེ་མ་ན། ལྷུང་སྒྲོ་མའི་  
 དོན་ནི། འབྲས་བུ་ལྷུང་བས་མི་ཟད་པ་ཡིན་གྱི། ཁོང་ཁྱོས་མི་འཇོང་པ་  
 མིན་ལ། ལྷུང་བྱི་མའི་དོན་ཡང་། སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་ཉོན་  
 གཏན་ཟད་རུས་པ་ལྟར་ལས་ཉོན་གྱིས་སེམས་[བསྐྱེད་]གཏན་ཟད་མི་རུས་པའི་  
 དོན་ནོ། ། གསུམ་པ་ཁོང་ཁྱོས་དགོ་ཅ་བཅོམ་པའི་དོན་ནི། ཁོང་ཁྱོས་རང་  
 གི་གཞིམ་བུའི་དགོ་ཅའི་འབྲས་བུ་ཡིད་འོང་འབྱེན་པའི་རུས་པ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་  
 པ་སྟེ། རྗེའི་འཇུག་རྒྱུ་ཆེན་མོར། དེས་ན་འདི་ལ་དབུ་མ་སྟོང་པོའི་འགྲེལ་  
 པར། མི་དགོ་བསྟོབས་བཞིས་སྤྱངས་པ་དང་། ལྷག་ལྟ་དང་གཞོན་སེམས་  
 ཀྱིས་དགོ་ཅ་བཅོམ་པ་གཉིས་ཀ། ས་ཐོན་ཉམས་པ་རྒྱེན་དང་ཕྱད་ཀྱང་ལྷུ་གུ་  
 མི་འབྱུང་བ་ལྟར། ད་གཞོན་རྒྱེན་དང་ཕྱད་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱེན་མི་རུས་པར་  
 གསུངས་སོ། ། དགོ་བ་འཛོམས་པ་ཡང་ཁོང་ཁྱོས་སྟེས་མ་ཐག་རྒྱུད་ལ་དགོ་བ་  
 མེད་པར་འགྲོ་བ་མིན་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱེན་པའི་རུས་པ་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པའོ།  
 དེ་ཡང་ཟད་པ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་བཤད་པའི་གང་གཞོན་པ་བྱས་ཆོད་དེ་སྤར་  
 སྒྲིན་མི་རུས་པའོ། ། དེ་ལྟར་ན་གཞོན་པ་སྟེ་ཆུ་ལ། ལམ་གསར་པ་ལྟར་  
 ཐོར་སྟེ་བའི་རུས་པ་བཅོམ་པ་དང་། བདེ་འགྲོ་སྤགས་གྱི་འབྲས་བུ་སྟེ་བ་ལ་  
 གཞོན་པ་བྱས་པ་གཉིས་སོ། ། བྱང་སེམས་ལ་ཁྱོས་པ་དང་། བརྟན་པ་དང་།

ཀུན་སྒྲིང་ངན་པས་སྒྲིང་པ་ལ་ཉེས་པ་ལུ་མེད་པ་མདོ་བརྟུས་ལས་གསུངས་ཤིང་།  
 དེ་ལ་བྱང་སེམས་སུ་ངེས་མ་ངེས་དང་། ཁྱོ་བའི་རྒྱ་མཚན་བདེན་མི་བདེན་  
 གཉིས་འདྲ་བར་གསུངས་པས། ཁོང་ཁྱོ་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་དུ་ཆོངས་པ་  
 མཆོངས་པར་སྤྱི་དང་། བྱང་སེམས་ལ་དམིགས་པའི་ཁོང་ཁྱོ་འགོག་པ་ལ་  
 རུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། ། རྣམ་སྤྱིང་གི་མདོར་ཅ་ལྟར་ནམས་  
 ཀྱིས་སྤྱོད་བསྐྱེད་པའི་དགོ་ཅ་འཛོམས་པ་དང་། བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། རྟེན་  
 བཀྱར་ལ་ལྷག་པར་ཞེན་པས་བྱིས་ལ་ལྷ་བ་དང་། མདོན་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་  
 ཁེངས་པ་དང་། ཆོས་སྒྲིང་བས་ཀྱང་སྤྱོད་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བ་ཟད་པར་བྱེད་  
 ཅིང་། དགོ་བའི་ཆོས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་མི་འགྱུར་བར་གསུངས་པས་དགོ་ཅ་  
 འཛོམས་པའི་རྒྱན་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ལྷག་པར་ཡང་སྤྱོད་དགོས་སོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་བྱུར་རོ། ། བསགས་པ་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་འཛོམས་ཞེས་  
 པའི་གཅིག་ཅེས་པ་ལྷག་ ཆོད་ང་ལྷན་པ་ཞེས་པ་ནི། ཆོ་བྱུང་པར་ཅན་དང་  
 ལྷན་པ་འཇམ། ཆོ་མདོར་བ་ཞིག་ལ་བྱེད་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་འཇིག་རྟེན་ན་  
 ཆོ་འདོད་ཅིང་རིང་དུ་གནས་པ་ལ་དགའ་བསན། ཆོད་ང་ལྷན་པ་ཞེས་དགའ་  
 བའི་ཆོག་གིས་བཟོད་པའོ། ། ཟད་པར་སྐགས་ཀྱི་དོན་ལ། ཟད་པ་ནི་  
 མདོར་བསྟན་པ་དང་། བསྐྱབས་པ་ནི། དགོ་ཅ་ཆོས་ཆེ་བ་བསྐྱེད་པ་རྒྱུ་  
 ཏུ་བཏང་བ་དང་། རྒྱན་རིང་བསྐྱེད་པ་ཐུང་ཏུ་བཏང་བ་སྟེ། བཅོམ་པ་  
 རྒྱུ་ཏུ་དང་། ཡོངས་སུ་བྱང་བ་ནི། རྣམ་སྤྱིན་གྱི་འབྲས་བུ་རྒྱུ་ཏུ་ལས་མ་  
 ལུས་པ་སྟེ། བཅོམ་པའི་འབྲིང་དང་། ཡོངས་སུ་ཟད་པ་ནི། རྣམ་སྤྱིན་  
 གྱི་འབྲས་བུ་རྒྱུ་ཟད་ཀྱང་མ་ལུས་པར་བྱས་པ་སྟེ། བཅོམ་པ་ཆེན་པོའི་དོན་  
 རོ། ། མགལ་བ་ནི། སྤྱོད་དུ་མ་མེས་ཆོག་པ་སྟེ་མས་འཕུལ་དག །





ཏུ་ཉམ་ཐག་པས་དུ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། ། སྒོ་འཕར་ནི། སྒོ་སྒྲེགས། སྒྲོན་  
 བྱུང་སྒྲུབ་པ་ནི། ཉན་ཁ་ཡངས་པ་སྟེ། མིས་གང་བཤད་གྱི་རྗེས་སུ་འདུག་  
 པའི་དོན་དང་། སྒྲོག་ཁ་བཅད་པོ་ལ་ཡང་གཏོང་ཞེས་པ་ནི། སྒྲོག་ལ་བ་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་ཡང་བྱེད་ཅེས་པ་དང་། འགབ་མ་ཡང་དྲགས་ཞེས་པ་ནི། འོག་  
 མ་གྱུ་ཡངས་དྲགས་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ནི་སྒྲ་མའི་འོག་གི་ཞབས་ཕྱི་རྒྱམས་  
 བག་ཡངས་སམ་གྱུ་ཡངས་ཐལ་ཆེ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ། ཟ་བར་མི་བྱེད་པ་ནི།  
 གཞོད་པར་མི་བྱེད་པ་འོ། ། སྒྲོན་མ་ནི། གཅེར་བུ། མཆེལ་པ་ནི།  
 ལྷགས་གྱུ། མི་བཟད་གཟེན་ནི། དེས་པར་ཟིན་པ་འཕྲུག་ཅིང་རྫོ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ནོ། ། དཔྱལ་བུ་མ་ནི། ཁ་རྒྱུང་ལ་སྟོ་བ་དཔག་ཆོད་ལྷ་བཅུ་སྟགས་ཡོད་  
 པའི་ལྷགས་གྱི་བུ་མ་པ་བཙུ་རི་རྒྱ་ཁོལ་བས་གང་བའོ། ། གཏུག་མ་ནི། གཞི་  
 མའོ། ། བཟེ་རེ་ཆེ་བ་ནི། བཟོད་སྒྲན་རྒྱུང་བ། བཟེ་རེ་རྒྱུང་བ་ནི།  
 བཟོད་སྒྲན་ཆེ་བའོ། ། བཟེ་རེ་མི་བྱ་བ་ནི། བཟོད་སྒྲན་རྒྱུང་བ་མི་བྱ་བའོ།  
 མདུང་ཆེ་གསུམ་ལ་མཆོང་བ་ནི། དབང་ཕྱུག་བསྐྱབས་ཏེ་མཆོན་མ་རྟེན་པ་ན།  
 ཁང་པ་དགུ་ཐོག་ཞིག་གི་རྩ་བར་མདུང་ཆེ་གསུམ་པ། ཆེ་རེ་རེར་འདོམ་རེ་  
 ཡོད་པ་ཞིག་བརྟན་པོར་བཅུགས་ཏེ། དགུ་ཐོག་སྟེང་ནས་མཆོངས་ཏེ་མདུང་  
 ཆེ་དབུས་མའི་ས་འཕོངས་ནས་སྒྱི་གཅུག་གི་བར་ཐལ་བྱུང་དུ་ཕྱུག་ན་དབང་ཕྱུག་  
 གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་རྫོམ། མེ་ལྷ་བཏེན་པ་ནི། ཕྱུགས་བཞིར་སང་ལྷེང་གི་  
 མེ་བཞི་སྟུར། སྟེང་ནས་ཉི་མའི་ཆོད་པས་གདུང་སྟེ་ཕྱུག་བསྐྱལ་བ་སྟེ། དེ་  
 ཉམ་བྱས་པ་ནི་དབང་ཕྱུག་མཆོང་པ་འོ། ། ལམ་ལྷག་པ་དེ་ཉམ་བུ་ལའང་དགའ་  
 སྟུང་དེ་ཉམ་བཟོད་པར་བྱེད་ན། རང་རེ་རྗེ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་པ་དྲི་  
 མ་མེད་པ་དང་མཇལ་བའི་དུས་འདིར། དགའ་སྟུང་དང་། བཟོད་སྒྲན་



ཅིའི་ཕྱིར་མི་བྱེད། ལྷ་ར་མ་ནི། སྤྱིང་རྒྱུང་རྒྱུང་། བོག་ནི། སྤྱུག་ནས་  
 འཕྲོམས་པ། སེམས་ཀྱི་ངང་བརྟན་ནི། སེམས་ཀྱི་ངང་རྒྱུད་དཔའ་ཞིང་  
 བརྟན་པ། མ་རྟེན་པ་སྤྱུག་སྤྱུག་ནི། མ་རྟེན་པ་དང་། མི་སྤྱུག་པ་དང་།  
 སྤྱུང་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་འཇིག་པ་དང་།  
 ཟད་པའི་ཆོས་ཅན་ཟད་པ་དང་། ཀ་པའི་ཆོས་ཅན་ཀ་པ་དང་། བ་པའི་  
 ཆོས་ཅན་བ་པ་དང་། འཆི་པའི་ཆོས་ཅན་འཆི་བ་སྤྱི་དགུ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཆོས་ལ་བརྟེན་པའོ། ། གསངས་བསྟོན་དེ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱིང་གྱི་གཟུངས་  
 བསྟོན་པ། རྒྱལ་གཞན་བྱ་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་སྤྱིང་པ་ལས་གཞན་པའི་  
 ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ལས་བྱ་བ་དང་། རྒྱུང་པོ་གྲགས་ནི། རྒྱུང་རྒྱུ་ནས་འགྲོགས་  
 པའི་གྲགས་སོ། ། ལྷ་ས་དང་སེམས་ཀྱི་དུབ་པ་དང་འབྲུག་པ་ནི། ལྷ་ས་དུབ་  
 པ་དང་སེམས་འབྲུག་པའོ། ། ཞོ་ཤས་འཆོ་བ་ནི། བྱན་གཡོག་སྤྱི་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་པས་འཆོ་བའོ། ། སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་རྒྱུ་ལེན་པའི་གཞི་བརྒྱུད་  
 གྱི་སྤྱོད་ནི། གནས་དང་འཇིག་རྟེན་ཆོས་དང་སྤྱིང་ལམ་དང་། ། ཆོས་  
 ཡོངས་འཇིན་དང་སྤྱིང་མི་མཛོན་པར་བཅོན། ། སེམས་ཅན་དོན་དང་འབྲུལ་  
 གྱི་བྱ་བར་བརྟེན། ། ཞེས་སོ། །

ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་ཀྱི་བཟོན་པ་ལ། མོས་པའི་ཡུལ་བརྒྱུད་གྱི་སྤྱོད་ནི།  
 དང་བཟོན་དུ་བྱ་བ་དང་། ། འདོད་པ་དང་ནི་སྤྱིང་དོན་གཉིས། ། སྤྱོད་  
 པ་གཉིས་དང་ཐོས་བསམ་བརྒྱུད། ། ཅེས་པ་སྤྱིར་རོ། ། མཛོན་པར་གཤམ་  
 པའི་མཐུ་ནི། མཛོན་པར་གཤམ་པ་རྒྱག་གོ། ། བར་ཕྱིན་རྒྱག་གི་མཐུ་ནི།  
 བར་ལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་རྒྱག་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་སྤྱིང་པ་དང་།

ཆོགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་དང་། རང་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པ་དང་། ཕྱི  
 མ་ལ་འབྲས་བུ་འབྱིན་པ་སྟེ་བཞི་བཞི་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། ། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་  
 པའི་མཐུ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས་མི་མཛེད་པ་དང་།  
 མཛེད་པ་བརྒྱ་གཉིས་སྟོན་པ་སོགས་དང་། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསོད་ནམས་གྱི་ཆོགས་ཆེན་པོ་བསགས་པ་ལས་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་  
 རོམ་ཆར་མཛད་ཏུ་བྱང་བའི་ཆོས་རྣམས་སོ། ། མོས་པའི་ཚུལ་ནི། མོས་པའི་  
 ཡུལ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ལ་ལུང་དང་རིགས་པས་ངེས་པ་ཚུལ་བཞིན་བྱངས་པའི་  
 དོན་ལ་འདི་ཁོན་ལྟར་ཡིན་གྱི་གཞན་ཏུ་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མཉམ་ཏུ་མོས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་  
 པ་ནི་ཆོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པའི་བཟོད་པའོ། ། སམ་ཐོན་པའི་བཟོད་པ་ལ་  
 སྟོན་པའི་ཡུལ་ཏུ་བྱེད་པ་ལ། སྟོན་སྒྲུ་ཏེ་སེའི་རྒྱལ་པོ་ཆངས་བྱིན་ལ་གྲས་  
 ཤིག་འབྲུངས་པའི་མིང་ཀ་ཤི་མཛེས་དགའ་ཞེས་བརྟགས་སོ། ། དེ་ཆེར་སྐྱེས་  
 བས་བྱིམ་ན་གནས་པ་ནི་ཉེས་པ་ཏུ་མའི་གཞི་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ནི་དེ་ལས་  
 བརྒྱུ་ཅིང་ཕན་ཡོན་ཏུ་མ་མཐོང་ནས་བྱིམ་ནས་བྱིམ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་  
 དཔེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་བའི་སྟེང་མོས་ཆེལ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཏུ་གནས་  
 བཅས་ཏེ་བཞུགས་སོ། ། དེ་ནི་རང་ཉིད་བཟོད་པའི་ཡི་དམ་བཅས་ཤིང་།  
 དེ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཉན་ཅིང་ཡིད་ལ་འབབ་པ་དག་བརྟན་པས་ལྷ་  
 དང་མི་རྣམས་ཀྱིས་དད་ཅིང་། བཀྱར་སྟེ་བྱེད་ལ། མིང་ཡང་བཟོད་པ་སྟོན་  
 བ་ཞེས་གྲགས་སོ། ། དེ་ནས་རེ་ཞིག་ཅིག་ན་སོགས་ཏུ་སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་ཏེ་སྟོན་ཤིང་  
 རྣམས་ནི་ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་རྒྱས། མེ་རྟོག་རྣམས་ཁ་བྱེ། བྱང་བ་རྣམས་ནི་  
 དར་དེར་སྟོག་ཅིང་ཆེ་བར་བྱེད། འདབ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་པའི་སྟོན་  
 འབྱིན་ཅིང་འཕུར་ཞིང་གར་གྱིས་རོལ་བ་ན། ཕྱགས་དེའི་རྒྱལ་པོ་བརྟན་མའི་



འཁོར་དང་བཅས་ནགས་ཚལ་དེར་ཁམས་སངས་ལ་འོངས་སོ། ། དེར་སྐྱེད་  
 མས་ཚལ་གྱི་དགའ་བདེ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བས་ལུས་དུབ་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ཤིང་དུང་  
 ཞིག་ཏུ་གཉིད་ལོག་གོ། ། བཅུན་མོ་རྣམས་སྐྱེད་ཚལ་མཛེས་པ་ལ་ཡིད་ཆགས་  
 ཤིང་ལྟ་མོར་གཡོངས་ཏེ་མཐར་གྱིས་སོང་སོང་བ་ལས། བཟོད་པ་སྤྲུབ་འདི་  
 དགའ་ཐུབ་གྱི་གནས་སུ་ཕྱིན་ཏེ། དེ་ན་ཐུབ་པ་མཆོག་དེ་ནི་ཞིང་དུལ་བ།  
 གཟི་ཕྱིན་གྱི་དཔལ་འབར་བཞིན་ཤིང་དུང་དུ་བཞུགས་པར་མཐོང་ནས།  
 བཅུན་མོ་རྣམས་དེ་ལ་དད་ཅིང་གུས་པས་དུང་དུ་ལྷགས་ནས་བསྐྱོན་བཀྱར་བྱས་  
 པ་ན། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། དེ་དག་ལ་རྣ་བར་འབབ་པའི་གཏམ་  
 དལ་འཕྱོར་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ། ཐིག་སྤྱང་དགེ་སྤྱབ་དང་།  
 བཟོད་པའི་གཏམ་སོགས་གྱི་ཆོས་བསྟན་ཏོ། ། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་གཉིད་སངས་  
 དང་། བཅུན་མོ་རྣམས་མི་སྤང་ནས་ཆགས་པས་ཡིད་ཟིལ་གྱིས་ནོན་ཏེ་ཆེས་སུ་  
 བསྐྱེགས་ཤིང་སོང་བ་ན། དུང་སྤྱང་བཟོད་པ་སྤྲུབ་དེ་བཅུན་མོའི་ཆོགས་གྱིས་  
 བསྐྱོར་ནས་འདུག་པ་མཐོང་ཏེ་རྒྱལ་པོ་ཕྱག་དོག་གིས་ཡིད་རབ་ཏུ་འཁྱུགས་ཏེ།  
 ངན་པ་ཚུལ་འཆོས་ཅན་ངའི་བཅུན་མོའི་འཁོར་ལ་ལྟ་བུ་འདི་སུ་ཞིག་ཅེས་  
 སྤྲོས་པས། བཅུན་མོ་རྣམས་འཇུག་ཞིང་སྦྱང་ལམ་རབ་ཏུ་གཞོབས་རྒྱལ་པོའི་  
 དུང་དུ་འོང་བར་གྱུར་ཏོ། ། དེར་རྒྱལ་པོ་ཁྱོས་པར་ཤེས་ནས་བཅུན་མོ་དང་།  
 ཉུག་རུམ་པ་རྣམས་གྱིས་བརྟུལ་ཤིང་སྤྲག་ནས་སྤྲོས་པ། ལྷ། འདི་ནི་  
 ཐུབ་པ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་བཟོད་པ་སྤྲུབ་ལགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཐུབ་ཆོད་  
 ཆེན་པོ་མཁའ་མཛད་ཅིག་ཅེས་བསྐྱོགས་ཀྱང་མ་ཉན་པར་རལ་གྱི་སྤངས་ཏེ་སོང་བ་  
 དང་། བཅུན་མོ་རྣམས་ཐུང་ན་ཕྱིད་ཅིང་ཕྱིར་ཏེ་སོང་ངོ། ། དེ་ནས་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོས་ཆོག་འཇམ་པོས་གདམས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ཐིག་ཅན་དེ་ཁྱོ་བའི་

དབང་དུ་གྱུར་ཏེ། བྱུང་བཟོན་པ་ལ་དགའ་བ་དེ་དང་ས་བལྟའི་ཟེར་ནས།  
 རལ་གྱིས་དྲང་སྤྱང་དེའི་ལག་པ་གཡས་པ་མཁྱིལ་མ་ནས་བཅད་དོ། ། དེ་  
 བཞིན་དུ་ལག་པ་གཡོན་པ་དང་། དཔུང་པ་གཉིས་དང་། རྩ་བ་དང་།  
 རྩ་དང་། ཀླང་པ་གཉིས་ཀྱང་བཅད་ནས། ལུས་ས་ལ་འབྱེལ་བ་ན།  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཐུགས་འབྱུགས་པ་མེད་པར་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་སྟག་པར་བཅེ་  
 སེམས་སྦྱེས་ཏེ། གལ་ཏེ་བདག་གི་ལུས་ལ་ནི། ། ཏིལ་འབྲུ་ཅམ་དུ་གཏུབས་  
 པ་ཡིས། ། ལུས་ནི་ཕྱི་མ་བརྒྱར་གཏུབས་ནས། ། ས་ལ་གཏོར་ཀྱང་བཟོན་  
 མི་སྤྱང་། ། ཞེས་སྟགས་གསུངས་ནས་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་སྟོན་ལམ་བཏབ་པོ།  
 དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ལས་ངན་མི་བཟད་པ་དེའི་མཐུས། དེ་མ་ཐག་ལུས་ལ་རིམས་  
 བྱང་མེ་བཞིན་འབར་ཏེ། བྱགས་ཚལ་དེ་ནས་མ་ཐར་བར་སྟགས་ནས་ལྷུང་ཏེ་  
 དཔྱལ་བ་མནར་མེད་དུ་སྤང་དོ། ། དེ་ནས་སྟོན་པོ་རྣམས་དྲང་སྤྱང་གི་དམོན་  
 པས་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་ཤིང་ཉམ་ཐག་ནས་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་བཟོན་པར་གསོལ་བ་ན།  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་དེ་དག་དབུགས་ལྷུང་ཏེ་རྒྱལ་སྟག་གི་སྤྱད་པ་རྒྱབས་པོ་  
 ཆེའི་སྒྲ་བསྒྲགས་ཤིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་བསྟན་པས་དད་ཅིང་འདུན་  
 པར་བྱས་ཏེ་ཞིང་ཁམས་གཞན་དུ་གསེགས་པར་གྱུར་ཏོ། ། ཡང་། སྟོན་  
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་འདི་ཉིད་གང་ས་རི་དང་ཉེ་བའི་བྱགས་ཚལ་མཐིལ་ཤིང་ས་  
 དང་། ཤང་ཤོང་གཅོང་རོང་ཟུབ་མོ་སྟགས་ཡོད་པའི་དགོན་པའི་གནས་ཤིག་  
 ན། བསམ་བཞིན་དུ་སྤུ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་སྦྱེས་པར་གྱུར་ཏོ། ། དེ་ནི་སྤྱིང་  
 རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན། ཤིང་ལ་དང་འབྲས་སུ་ཅམ་གྱིས་འཆོ་ཞིང་། སྟག་  
 ཆགས་ལ་ནམ་ཡང་འཆོ་བར་མི་བྱེད་དོ། ། དེའི་ཆེ་མི་ཞིག་བསྟོར་ནས་འཆོལ་  
 ཞིང་སྤང་བ་མགོ་འཁོར་ཏེ་འབྱམས་ནས་ཕྱགས་དེར་སྤང་དོ། ། དེར་ལུས་



ངལ་ཁིང་བཀའ་སྒྲིལ་གྱིས་ཉམ་ཐག་པས་ཤིང་ཏིན་ཏུ་ཀའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ཞིག་  
 རྟེན་དེ་ཐོས་པས་རབ་ཏུ་ཞིམ་པར་གྱུར་ནས། དེ་བཅུལ་བའི་ཕྱིར་ཕྱགས་ཀྱིན་  
 ཏུ་བལྟས་པས་གཡང་ས་ཟབ་མོ་ཞིག་གི་ཁན་ཤིང་དེ་ཡོད་པར་མཐོང་ངོ། །  
 དེ་ནས་འབྲས་བུ་ཟ་འདོད་དེ་ཤིང་དེའི་ཡལ་ག་གཡང་སའི་ཕྱགས་སུ་དུད་པ་ཞིག་  
 གི་ཁར་འཛེགས་པས། ཡལ་ག་དེ་སྟ་རེས་བཅད་པ་བཞིན་དུ་ཆག་ནས།  
 ཡལ་ག་དེ་དང་བཅས་གཙོང་རོང་ཟབ་མོ་ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་བྲག་གིས་བསྐོར་  
 བའི་ཁྲོན་པ་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུང་བར་གྱུར་ཏོ། ། ཤིང་མོ་སྟུག་པོ་དང་།  
 གཡང་ས་དེའི་ནང་དུ་ཆུ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པས་ལུས་བསྐྱད་པ་དང་།  
 ཡན་ལག་ཆག་གྱུ་མ་སྟགས་མ་བྱུང་ངོ། ། དེ་ནས་བལྟས་པས་ཕྱགས་གང་ནས་  
 ཀྱང་ཐར་བའི་ལམ་མེད་པར་མཐོང་ནས། གསོན་པའི་རེ་ཐག་ཆད་དེ་ཐུང་ན་  
 གྱིས་མིག་མཆི་མས་གང་བཞིན་སྟེ་སྟགས་འདོན་ཅིང་རེ་ཞིག་གནས་པ་ན།  
 རྩེའུ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ། ཟས་འཆོལ་ཁིང་ཕྱགས་དེར་འོངས་ནས།  
 གང་པའི་ཁ་ནས་མར་བལྟས་པས། ཉམ་ཐག་པའི་མི་དེ་མཐོང་ནས་སྒྲིང་རྩེ་  
 རྩེས་ཏི་མིའི་རྒྱུད་དུ་སྒྲུབ་པ། མི་ཡིས་ཐར་པ་མ་ཡིན་པའི། ། གཡང་ས་དེ་  
 བ་འདུག་པ་ཁྱོད། ། ཅི་ཕྱིར་འདིར་འོངས་སུ་ཞིག་ཡིན། ། དེ་ནི་ལྷགས་  
 པར་སྒྲུབ་པའི་རིགས། ། མི་དེས་ཕྱག་འཆོལ་ནས་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཏི། ལྟ་དཔལ་  
 བདག་ནི་མི་ཞིག་ལགས། ། འབྲམས་ནས་ནགས་ན་རྒྱ་བ་ལས། ། ཤིང་  
 འདིའི་འབྲས་བུ་འཆོལ་འཆོལ་ནས། ། འདི་ལྟ་བུ་ཡི་ཉམ་ཉེས་བྱུང་། ། དེ་  
 བས་གཉེན་བཤེས་དང་ཡང་བྲལ། ། ཉམ་ཉེས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ལ། ། རྩེའུ་  
 ཆོགས་མང་པོའི་མགོན་པོ་ཁྱོད། ། བདག་གི་སྒྱུབས་ཀྱང་མཛད་དུ་གསོལ།  
 ཞེས་ཟེར་བ་ཐོས་པས་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྒྲིས་ཏི། ཁྱོད་ཐུང་ན་དང་འཛེགས་པར་

མཁུང་ཅིག ཁྱོད་ལ་གཉེན་གྱི་བྱ་བ་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ངས་བྱུང་། །  
 ཞེས་དབུགས་ཕུང་ནས་ངོ་མིའི་ལྷོད་ཆོད་ཅིག་ལ་གོམས་པར་བྱས་ཏེ་རང་གི་མཐུ་  
 ལྷོ་བས་སང་པས་མི་དེ་དབུང་རུས་པར་མཐོང་ནས་གཡང་ས་དེའི་ནང་དུ་བབ།  
 མི་དེ་རྒྱབ་དུ་ཁྱུར་བས་རབ་དུ་ལྷོ་བས་འོན་ཏེ་ཤིན་དུ་དཀའ་སེ་བ་ལ་ལྷོང་ལྷོ་བས་  
 ཆེན་པོ་དང་། བཟོད་སྙན་བསྐྱེད་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོས་ལྷོང་དུ་ཐོན་ནོ།  
 དེར་ཤིན་དུ་ལ་ཞིང་ཆོད་ནས་མི་དེ་ལ་ནགས་ཆོལ་འདིར་འཇིགས་པ་མང་ཕྱིར་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ཅག་གཉིས་ཅུང་ཟད་སྤངས་ཤིག ཅེས་བསྐྱོ་བས། མི་  
 དེས། ཁྱོད་ནི་བདེ་བར་ཉིལ་ཅིག བདག་བསྐྱུང་བར་བྱུང་། ། ཞེས་  
 ཟེར་བས་ངོ་ལེབ་ཅིག་གི་ལྷོང་དུ་ཉིལ་ལོ། ། དེ་ནས་ངོ་ཆོད་ཆོད་ཁྱེལ་ཡོད་རྒྱང་  
 རིང་དུ་སྤངས་པའི་མི་ངན་དེས། དྲིན་གང་ཡང་བསམ་རྒྱུ་མེད་པར་འདི་  
 བསང་ནས་ཤ་ཐོས་ན། བདག་གི་ལུས་བརྟན་ཤིང་། དགོན་པའི་གནས་  
 འདི་ནས་ཐར་པ་མི་དཀའ་འོ་སྟུང་ནས། ངོ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏོག་སྟེ། སྤུ་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེའི་མགོ་བོའི་ལྷོང་དུ་འཕངས་པ་ཐད་ཀར་མ་ཐོག་པར་བྱུར་  
 ཞིག་ཐོག་སྟེ་མགོ་ལ་མ་བུང་བ་དང་། དངངས་ཤིང་བརྟུམས་བརྟུམས་པོར་  
 ལྱུར་བར་ལངས་ཏེ་བལྟས་པས། མི་ངན་དེ་སྤྱངས་བཞིན་དུ་མགོ་སྤང་དེ་  
 འདུག་པ་མཐོང་ནས། མི་དེས་དེ་ལྱུར་བྱས་པར་ངེས་ནས་ཡི་ཆོད་ཅིང་ལྷག་  
 པར་སྤོང་རྩེ་བའི་སེམས་སྤྱོས་ནས་མིག་མཆི་མས་གང་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ།  
 བཞིན་བཟང་ཁྱོད་ནི་མིར་གྱུར་ཕྱིར། ། དུགས་དང་མི་དུགས་འབྱེད་པས་ན།  
 བདག་ལ་གཞོད་པ་གཞིན་བྱུང་ནའང་། ། ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱོག་པར་དུགས་པ་ལ།  
 མི་བཟང་ངན་འགྱུར་རྒྱང་བྱེད་པའི། ། སྤྱོད་ངན་འདི་འདྲ་ཅི་ཕྱིར་བྱས།  
 བདག་གིས་གྲོང་འདུགས་བསྐྱེད་བར་བྱ། ། ཕྱིན་ཆོད་ཐིག་ལས་སྤང་བར་



གྲིས། ། ཞེས་སྒྲིང་བཅེ་བས་གདམས་ནས་མི་ངན་དེ་གྲོང་འདབས་སུ་བསྐྱལ་  
 བས་སྒྲར་ནགས་ཀྱི་ནང་དུ་སྤང་རྒྱུ་། ། དེ་ནས་མི་དེ་མཐོང་ཆོས་ལ། དེ་མ་  
 ཐག་མཛེན་དང་དྲག་པོས་ཐེབས་ཏེ་ལུས་མི་སྤྱད་ཅིང་འཇིགས་སུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཏུ་  
 གྱུར་ནས། མཐོང་ཆོད་ཀྱིས་འདི་ནི་སྤྲིག་པ་མཛོན་སུ་མ་མོ་སྒྲུམ་ནས་དོ་འཕེན་  
 ཞིང་དབྱུག་པས་སྒྲོད་པར་བྱེད་དེ་མི་མེད་དགོན་པར་ཡི་དྲགས་བཞིན་དུ་  
 འབྱམས་པ་ན། རྒྱལ་པོ་ཞིག་རི་དྲགས་གཤོར་དུ་སྤང་བས་མཐོང་ནས་  
 དངངས་ཏེ། བྱོད་ནི་ཡི་དྲགས་སམ། འདྲེ་འམ་ཅི་ཞིག་ཡིན་དྲིས་པས།  
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། བདག་ནི་མི་ཞིག་ལགས་ཏེ། སྤྲིག་པའི་ལས་ཆ་བས་ཆེན་  
 བྱས་པས་འདི་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏོ། ། ཞེས་སྒྲུས་སོ། ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་དང་།  
 མཆོད་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། སུན་བཏགས་ལན་དུ་གཞོད་བྱེད་ཀྱང་།  
 ཡང་ལན་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱོམ། ། འཇོམ་བུའི་སྒྲིང་གི་སྐྱེས་མཆོག་ནི།  
 ཉེས་པའི་ལན་ཡང་ལེགས་པར་འདོན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སར་  
 སྤྲིག་བསྐྱབས་པའི་མིས་ཚུར་སྤྲིག་ལ་ཤོལ་ཡང་མི་ཁྱོ་བར་མ་ཟད་སྒྲིང་རྗེ་ལྟག་པར་  
 སྐྱེས་ཏེ་སྒྲར་སུན་བཏགས་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་སྦྱོད་ཚུལ་འདི་དག་དང་  
 ཅིན་ས་ཀྱང་མཐུན་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

བཙུན་འགྲུས་ལ་བསྐྱབས་ཚུལ་ལ། རྗེའི་ཉམས་མགུར་ལས། མི་སྤྲིག་  
 བཟླ་བའི་བཙུན་འགྲུས་གོ་བཤོས་ན། ། ལུང་རྟོགས་ཡོན་ཏན་ཡར་ངོའི་སྒྲ་  
 བཞིན་འཕེལ། ། སྦྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དོན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། གང་  
 བཙུན་ལས་ཀྱི་མཐའ་རྣམས་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ། ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ལེ་ལོ་  
 ཀྱན་སེལ་བའི། ། རྒྱབས་ཆེན་བཙུན་འགྲུས་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་བཙུན་སུ།  
 རྒྱལ་འབྱུང་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྲིས། ། ཐར་འདོད་བྱོད་ཀྱང་དེ་

བཞིན་བསྐྱེད་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་སོ། ། སྤྱི་བའི་སེམས་པ་བཙུག་འགྲུས་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད། དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་ལས། བཙུག་འགྲུས་གང་ཞིན་དགོས་ལ་སྤྱི་  
 བའོ། ། ཞེས་པ་ལྟར། དགོས་ལ་སྤྱི་བའི་བཙུག་འགྲུས་ཡིན་གྱི། མི་  
 དགོས་པའི་ཕྱགས་ལ་སྤྱི་བའི་བཙུག་འགྲུས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱགས་ཕྱ་བ་རན་ཞིན་གྱི་ལེ་  
 ལོ། ། སྤྱི་བའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་ལྟར། བཙུག་འགྲུས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་གྱི་  
 ཉམས་ལེན་གྱི་ངོ་བོ། སྤྱི་བའི་སེམས་པ་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ན། བཙུག་  
 འགྲུས་ཀྱི་ཕར་ཕྱིན་རྒྱུགས་པ་ཡིན་ནོ། ། དགོས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་ཞེས་སྐད་ཀྱི་  
 རྟོན། དགོས་པའི་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ན་བཙུག་འགྲུས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་བཙུག་འགྲུས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་དང་།  
 མཐོང་ལ་སྤྱི་མཐོང་ཆོས་ཆེ་འདིར་བསམ་གཏན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་གནས་པ་  
 མཆོག་ཐོབ་པ་དང་། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པ་དང་། སོ་སྤྱི་རྒྱུད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཁོངས་སུ་  
 གཏོགས་པ་རྣམས་ཐོབ་པ་དང་། སྤྱི་བའི་འཁོར་བའི་ལངས་སྤྱོད་རི་ལྟར་  
 འདོད་པ་ཐོབ་པ་དང་། མི་དགོས་པ་བཅུ་ཡིས་དག་པའི་ཚུལ་བྱིམས་རབ་ཏུ་  
 འགྱུར་པ་དང་ལྟན་པའི་སྤྱི་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་དང་། འཇིག་ཆོགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལས་  
 འདས་ནས་གྲོལ་བ་སྤྱི་ཐར་པ་དང་ལྟན་པའི་སྤྱི་བའི་འབྲིང་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 མཆོག་སྤྱི་མཐོང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་སྤྱི་བའི་ཆེན་པོའི་ལམ་རྣམས་ཐོབ་པ་དང་།  
 བཙུག་འགྲུས་དང་ལྟན་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་བར་དུ་གཙོ་བོ་མི་རྣམས་པས་  
 བྱ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཕམ་པ་མེད། དེ་བཞིན་དུ་ཉན་མོངས་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
 བྱ་བུ་ལ་སྤྱི་བའི་ཕམ་པ་མེད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་རྣམས་ཐོབ་ལུས་པས་ཡོན་  
 ཏན་གྱི་སྐལ་བས་ཕམ་པ་མེད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །



བཙུག་འགྲུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ། གོ་ཆའི་བཙུག་འགྲུས་དང་། དགེ་  
 བའི་ཆོས་ལུང་གི་བཙུག་འགྲུས་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བཙུག་འགྲུས་  
 གསུམ་ནི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་དང་། གཞན་ཡང་། མདོ་སྡེའི་རྒྱན་  
 ལས། སྒྲིག་མར་གོ་ཆའི་བཙུག་འགྲུས་དེ་ནས་ནི། ། ཚུལ་བཞིན་རབ་  
 བྱུགས་སྦྱར་བའི་བཙུག་འགྲུས་ཏེ། ། མ་ཁུམ་མི་འབྲུགས་ཆོག་མི་ཤེས་བཙུག་  
 འགྲུས། ། ཞེས་གོ་ཆའི་བཙུག་འགྲུས། སྦྱར་བའི་བཙུག་འགྲུས། མ་  
 ཁུམ་ཁིང་མི་འབྲུགས་པའི་བཙུག་འགྲུས། ཆོག་མི་ཤེས་པའི་བཙུག་འགྲུས་ཏེ་  
 བཞིན་དབྱེ་བ་དང་། མདོན་པ་ཀུན་བརྟུས་ལས། གོ་ཆ་དང་། སྦྱར་བ་  
 དང་། མི་འགོང་བ་དང་། མི་སྒྲིག་པ་དང་། ཆོག་པར་མི་འཛིན་པའི་  
 བཙུག་འགྲུས་དང་ལྟར་བཤད་ལ། གོ་ཆའི་བཙུག་འགྲུས་ནི། དགེ་བ་ལ་  
 སྦྱར་བའི་སྤྱོད་ལ་ནས་སེམས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་སྦྱོར་དུ་འགྲོ་བའི་བསམ་པ་གོ་ཆ་ཆེན་པོ་  
 གྱུན་པར་བྱེད་པ་དང་། སྦྱར་བའི་བཙུག་འགྲུས་ནི། སྦྱར་བ་ཉམས་སྲུལ་ལོན་  
 པའི་ཆེན་པོ་སེམས་སྦྱོར་བ་ཏེ། འདི་ལ་གྲུས་སྦྱར་དང་རྟག་སྦྱར་གཉིས་ཡོད།  
 མི་འགོང་བའི་བཙུག་འགྲུས་ནི། དགེ་བར་འཇུག་པའི་ཆེ་བདག་ལྟ་བུས་འདི་  
 ག་ལ་རུས་སྒྲུལ་དུ་སེམས་མི་ཁུམ་པར་སྦྱོར་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། མི་སྒྲིག་པའི་  
 བཙུག་འགྲུས་ནི། དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པ་ན་རྒྱུན་གཞན་གྱིས་བསྐྱར་མི་  
 ཐུབ་པར་སེམས་སྦྱོར་བམཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། ཆོག་པར་མི་འཛིན་པའི་  
 བཙུག་འགྲུས་ནི། དགེ་བ་རྒྱུང་བཤད་ཅན་གྱིས་ཆོག་པར་མི་འཛིན་པར།  
 གོང་མའི་བྱེད་པར་འཆོལ་བའི་ཆེད་དུ་འབད་པ་ཏེ་འདི་གནད་ཆེན། །  
 བརྟུལ་བྱུགས་དཔའ་བོ་ཞེས་སྒྲིགས་ཀྱི་དོན་ནི། བརྟུལ་བྱུགས་བརྟན་ཅིང་  
 སྒྲིང་སྒྲིབས་ཆེ་བའི་དཔའ་བོ་བྱེད་སེམས་སྒྲིང་རྗེའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ནམ་གཞན་

དབང་ཅན་ལ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་པ་ནི་ལམ་  
 ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དང་པོ་ཡིན་པར་བརྟེན་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟམ་  
 སྟམ་ལས་ནི། སྐུ་དཔལ་དུ་སྟོང་པ་དང་། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་འགལ་ལྷ་མི་  
 མཐུན་ཕྱགས་གསུམ་ལས། ཕྱི་བཤོལ་གྱི་ལེ་ལོ་འགོག་པ་ལ་གསུམ། ལུས་  
 ཐོབ་པ་འདི་ལྟར་དུ་འཇིག་པ། ཤི་བའི་འག་དྲུང་ན་འགྲོར་ལྟར་བ། སྐར་  
 ཡང་རྟེན་བཟང་པོ་འདི་རྟེན་དཀའ་བ་གསུམ་བསྟོམས་ནས་ལང་ཡོད་དུ་འཇིན་  
 པའི་ལེ་ལོ་བཀག་ནས་ལང་མེད་རྒྱུད་ལ་སྟེད་པའོ། ། དུ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོ་  
 འགོག་པ་ནི། ཡོ་བྱད་གསོག་སྤང་སྐགས་འཇིག་རྟེན་པའི་དུ་བ་ངན་པ་ལ་  
 གཡེངས་ན། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐགས་དོན་ཆེན་པོ་ལས་  
 ཉམས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཕྱིམར་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ལྟུ་མཐའ་མེད་པར་  
 སྤྱང་བའི་ཚུལ་བསམས་ནས་དགག་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བཙུན་པར་བྱའོ། །  
 སྟེད་ལུག་པའམ་བདག་ཉིད་བརྟན་པའི་ལེ་ལོ་དགག་པ་ལ་གསུམ་ལས། ཐོབ་  
 དུལ་སྟེད་ལུག་པ་དགག་པ་ནི། སྟོན་ཀྱན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྡན་གྱི་སངས་  
 རྒྱལ་དེ་བདག་འདྲས་ཐོབ་ག་ལ་ལུས་སྟམ་དུ་ཁྱུ་པའི་གཉེན་པོར། བཙུན་  
 ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྤང་བུ་སྐགས་ཀྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་འཕྱོང་པར་གསུངས་ན།  
 ངད་ལྟ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་ཐོབ། ཕྱི་ནང་གི་འགལ་རྟེན་  
 དང་བྲལ་མཐུན་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་སྐབས་སུ་བཙུན་འགྲུས་བཙུན་  
 ཅི་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་མི་ཐོབ་སྟམ་དུ་སྟོན་བ་བསྟེད། སངས་རྒྱལ་ནམས་ཀྱང་  
 སངས་རྒྱལ་ཟིན་གཅིག་གིས་ལམ་སྟབ་པ་མིན་གྱི་བདག་འདྲ་བ་ཞིག་གིས་ལམ་  
 བསྟོམས་པས་གོ་འཕང་རྩེ་མཐོར་གསེགས་པའོ་སྟམ་དུ་བསམ་པ་དང་། ཐོབ་  
 བྱེད་གྱི་ཐབས་ལ་ཁྱུ་པ་དགག་པ་ནི། སངས་རྒྱལ་བསྟུབ་པ་ལ། རང་གི་



མགོ་དང་རྒྱ་ལག་གཏོང་བ་ལ་སྒྲགས་པའི་བྱ་དཀའ་བ་མང་པོ་སྤྱབ་དགོས་པས་  
 ངས་དེ་འདྲ་ག་ལ་རྒྱས་སྟུང་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལ་མ་ཞུགས་པར་བསྐད་ཀྱང་  
 འཁོར་བ་འདིར་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་བསད་པའི་མགོ་བོ་སྤངས་ན་སྟོང་  
 གསུམ་དུ་མི་ཤོང་བའི་ཆོད་དང་། དཔྱལ་བར་ལུས་བཅད་གཏུབས་ལ་སྒྲགས་  
 པའི་སྤྱག་བསྐལ་སྤར་རི་ཅམ་སྟུང་ཡང་། ཅི་བྱས་དོན་མེད་དུ་སྤང་། ད་  
 མངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དཀའ་སྟུང་སྤེལ་མོ་རེ་ཉམས་སུ་སྤངས་ཀྱང་ཕན་ཡོན་  
 གཞལ་དུ་མེད་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དཀའ་བ་སྟུང་པའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་ནི། སྤེལ་ལ་བསྟོས་ན་ཆུང་ཞིང་ཡུན་སྤང་ལ། དོན་གཉིས་འབྲུབ་  
 པའི་དགོས་པ་ཆེ་བས་བཟོད་རིགས་སྟུང་དུ་བསམ། ཡན་ལག་སྦྱོར་པར་  
 གཏོང་བ་ལས་དང་པོ་པའི་སྐབས་མིན་གྱི། ཆོད་མ་སྒྲགས་སྦྱོར་པ་ལ་ཆུང་རིམ་  
 ནས་གོམས་པར་བྱས་པས། ནམ་ཞིག་རང་ལུས་ལ་ཆགས་པ་ལྟག་ཅིང་།  
 སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྟབས་རྒྱས་པའི་ཆེ་དོན་ཆེན་པོར་འགྱུར་ན་གཏོང་མོད།  
 གཏོང་བའི་དུས་སུ་དཀའ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པས་འཇིགས་སྒྲགས་བྱེད་མི་དགོས་སྟུང་  
 དུ་བསམ། གང་དུ་གནས་ནས་ལམ་བསྐྱབ་པའི་གནས་ལ་ཞུམ་པ་དགག་པ་ནི།  
 མངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འཁོར་བར་སྦྱོབ་ཡང་ཡང་སྤང་དགོས་ན། སྤྱག་  
 བསྐལ་མི་བཟོད་སྟུང་པའི་གཉེན་པོར། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ལུས་ལ་སྤྱག་བསྐལ་  
 མེད་ཅིང་། ཆོས་རྒྱམས་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པས་སེམས་ལ་མི་བདེ་བ་  
 མེད་པས་འཁོར་བར་གནས་ཀྱང་སྦྱོད་མི་འདུག་སྟུང་དུ་བསམ། ཆོགས་  
 མཐའ་ཡས་པ་བསགས་པ་དཀའ་བས་མི་རྒྱས་སྟུང་དུ་ཞུམ་པའི་གཉེན་པོར།  
 སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་པའི་དོན་དུ་མངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཐོབ་  
 པར་འདོད་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། དུས་དཔག་དུ་མེད་པར་གནས་པ་ལ་

དམིགས་ནས་ཚོགས་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟེ་པས་སྟེ་པ་བཟུང་བ་  
 བ། གཉིད་ལྷག་གམ་བག་མེད་པར་གྱུར་ཀྱང་། ཏུས་རྟག་ཏུ་བསོད་ནམས་  
 བཅའ་མཐའ་དང་མཉམ་པ་གསོག་ཏུས་པས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟག་ཏུ་  
 རྒྱགས་པར་འགྱུར་བས། རང་གིས་བཙོན་པ་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་  
 པ་ལ་དགའ་བ་ཅི་ཡང་མེད་སྟེ་ཏུ་བསམ། བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུ་  
 དཔུང་གི་ཚོགས་བསགས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་  
 འོན་བསྐྱབ་བྱ་བྱིར་དཔུང་། ། མས་བརྟན་དགའ་དང་དོར་བ་ཡིན། །  
 ཞེས་པ་ཉིད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། རྒྱལ་སྐྱེས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ལ་བསྐྱབས་  
 པའི་པན་ཡོན་དཔན་ནས་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་མི་སྟག་པའི་མས་  
 པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་དང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཏུས་པ་སྟེ། ། གསུམ་པོ་  
 དག་ལ་ང་རྒྱལ་བྱ། ། ཞེས་པ་ཉིད། གཞན་སུ་ལའང་ལམ་བསྐྱབ་པའི་  
 གྲགས་ཀྱི་རེ་བསྟོས་མི་འཆའ་བར་རང་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་པོ་སྟེ་པ་ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་  
 དང་། སལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་དོན་ཡང་བསྐྱབ་པར་མི་ཏུས་ན་གཞན་གྱི་དོན་  
 ལྟ་ཅི་སྟོས། བདག་གིས་ནི་རང་གཞན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པར་ཏུས་སོ་སྟེ་པ་ཏུས་  
 པའི་ང་རྒྱལ་དང་། བདག་ཉོན་མོངས་ལས་རྒྱལ་བར་བྱ་ཡི། ཉོན་མོངས་  
 བདག་ལས་ནམ་ཡང་རྒྱལ་བར་མི་བྱའོ་སྟེ་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་  
 སྟོན་ས་དམ་བཅའ་བར་སྐབས་སུ་འདྲོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དཔན་ཅིང་། རང་  
 གི་ཏུས་པ་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ་གང་བྱ་བར་ཡི་དམ་བཅས་པ་ལས་མི་སྟག་  
 པར་མཐར་འབྱེན་འདྲིང་གྱི་བརྟན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་  
 འཇིག་རྟེན་པ་འདི་དག་ཀྱང་དམན་པའི་ལས་ལ་རྩོལ་བ་མི་གཙོད་པར་འཇུག་པ་  
 དང་། འབྲས་བུ་འབྱུང་མི་འབྱུང་ཐེ་ཆོམ་བ་པ་ལ་འབད་ནས་འཇུག་པ་དང་།



ལྷ་གི་རྟོན་པོའི་སྐུ་ལ་ཆགས་པའི་སྤང་ཅི་དང་འདྲ་བར་འབྲལ་ལ་བདེ་བ་རུང་བཟང་  
 ཡོད་ཀྱང་། འདི་ཕྱིར་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་ཆ་བས་ཆེ་བ་སྟེར་བའི་འདྲོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
 སྤྱད་པ་ལ་རང་མི་དོམས་ན། བདག་གིས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བསྐྱེད་བས་ན་  
 འབྲལ་དང་ཡུན་གྱི་བདེ་བ་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་ངེས་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་ཅི་སྟེ་  
 དོམས་རིགས་སྟུང་བས་མ་སྟེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། ཉ་པ་གདོལ་པ་ཞིང་པ་  
 ལ་སོགས་པ། ། རང་གི་འཆོལ་ཅམ་ཞིག་སེམས་པ་ཡང་། ། གྲང་དང་ཆ་ལ་  
 སོགས་པའི་གཞོན་བཟོན་ན། ། འགྲོ་བ་བདེ་ཕྱིར་བདག་ལྟ་ཅི་མི་བཟོན།  
 ཅེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ཡང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་དང་པོར་འཇུག་པའི་ཆོ་  
 ཡང་དགའ་བཞིན་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། བྱགས་པའི་ཆོ་ཡང་ལས་དེའི་འཕྲོ་  
 གཅོད་པར་མི་འདྲོད་པས་མི་དོམས་པའི་བསམ་པ་དགའ་བའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་  
 དང་། བཙུན་འགྲུས་བཅམས་པས་ལུས་སེམས་ཏུ་བ་ན་རེ་ཞིག་ངལ་གསོས་ཏེ་  
 ངལ་གསོས་མ་ཐག་ཡང་བཙུན་འགྲུས་ཚུམ་པ་དོར་བའི་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ། ཕ་  
 བསྐྱེད་ལེགས་པར་མཐར་ཕྱིན་ན། དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་མི་ཕྱ་བར་གོང་མ་  
 གཞན་ཞིག་ཕྱ་བ་ལ་བཙུན་འགྲུས་ཚུམ་ཞིང་། དེ་དག་གི་ཆོ་ཚུལ་བ་དྲགས་པ་  
 དང་། ཉ་ཅང་སྟོད་པ་གཉིས་ཀ་སྤངས་ཏེ་ཆུ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་ཏུ་འབད་ནས།  
 རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་སྟོབ་ཆོ་ལུས་སེམས་སྟོབས་དབང་བསྐྱུར་བའི་ལྷང་བ་ཡང་  
 བ་ཤིང་བལ་གྱི་འདབ་མ་རྒྱང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་སོང་གི་བར་ཏུ་སྤྱང་བའོ། །  
 དེ་ལྟར་ལེ་ལོ་གསུམ་ལས་སྟུང་གཉིས་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱོད་ལ་རྒྱས་སྟུང་ཡང་མི་  
 འཇུག་པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་བདག་གིས་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱོད་ག་ལ་རྒྱས་སྟུང་ཏུ་  
 བྱམ་པ་ཡིན་ནོ། ། འགའ་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་ལུག་པའི་ལེ་ལོ་དང་། བདག་ཉིད་  
 བརྟམས་པའི་ལེ་ལོ་ཞིས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་བཤད་ཀྱང་། འདིར་དེ་གཉིས་ཀ་བྱམ་

པའི་ལེ་ལོ་འདྲ་བས་གཅིག་ཏུ་བྱའོ། ། སྤྱིད་ལྷག་པའི་ལེ་ལོ་འཁོར་ཡུལ་གཞན་ལ་  
 དམིགས་ནས་འདི་འདྲ་ཞིག་སྤྱབ་ག་ལ་རུས་སྟམ་ནས་ཁྱམ་པའོ། ། བདག་  
 ཉིད་བརྟན་པའི་ལེ་ལོ་ནི་རང་ལ་དམིགས་ནས་དམན་པ་བདག་ལྟ་བུས་འདི་  
 བསྐྱབ་ག་ལ་རུས་སྟམ་དུ་ཡིད་ཁྱམ་པའོ། ། སྤང་བུ་ནི། སྤང་གསོག་པའི་  
 འབུའོ། ། ཤ་སྤང་ནི། མི་ཕྱགས་སོགས་ལ་སོ་བཟུབ་ནས་བྲག་གཞི་བས་  
 པའི་འབུའོ། ། རིགས་ཀྱི་མི་ནི། རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་  
 པའི་མིར་སྐྱེས་པའོ། ། ཚུལ་འདི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་ནི། བྱང་ཚུབ་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་འདི་འདྲ་བ་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་ལམ་ལ་  
 བསྐྱབ་ཚུལ་འདི་འདྲ་བ་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་འདི་  
 འདྲ་བ་དང་། གཞན་དོན་ལ་སྤོ་བའི་བཅོན་འགྲུས་འདི་འདྲ་བས་ཞེས་པའོ།  
 དར་བའི། དད་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་པོ་དར་བའོ། ། རྒྱང་འདིད་དང་ཕྱར་  
 ཚུགས་ནི། ཕྱོགས་གཅིག་ཙམ་ལ་ཞེན་ནས་དེ་ཁོ་ན་རྩད་གཅོད་པ་དང་།  
 ཟུག་ཏུ་ཁོང་བརྒྱག་གཞོད་བསལ་བྱེད། ། ཞེས་པ་ནི། བད་ཀྱི་ཟུག་ཏུ་ཆེན་  
 པོ་ལྷན་ཀྱི་ཁོང་པར་ཁྱགས་ནས་ནད་པ་དེ་ཉིད་བརྒྱག་པའི་གཞོད་པ་བསལ་བའི་  
 བྱེད་ཞེས་པའོ། ། སྤོན་སེམས་ལ་བརྒྱད་ནས་གཞོད་པའི་ཚུལ་ནི། དུས་  
 རིང་བར་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པ་ལ་སྤོབ་མི་རུས་སྟམ་ནས་ཉེ་ལམ་རྩི་རྩེ་ཐེག་པ་  
 འཆོལ་བ་སྐད་བྱེད་ན་ནི་སེམས་བསྐྱེད་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྱུར་བས། སྤོན་  
 སེམས་ལ་བརྒྱད་ནས་གཞོད་ལ། འཇུག་སེམས་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་ཚུལ་ནི།  
 དེ་ལྟར་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་བྱེད་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་མཐའ་ཡས་པ་ལ་སྤོབ་པ་  
 མི་འོང་བས་འཇུག་སེམས་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ཡང་དབྱེད་པར་  
 བྱའོ། ། མཁས་པས་གཟི་བརྩིད་བརྟན་པས་གཟིངས་བསྟོད་ན་ཞེས་པ་ནི།



སྒང་དོར་ལ་མཁའ་པས་གཟི་བཞིན་དང་ལྷན་པ། མ་ཞུམ་ཞིང་སྒྲིང་སྒྲིབས་  
 བརྟན་པས་གཟེངས་བསྟོན་དེ་བཙོན་འགྲུས་ཀྱིས་འབད་ན་ཞེས་པའོ། ། ལུང་  
 རིགས་ཀྱི་རྒྱ་བར་ནི། དྲང་ཐིག་གི་སྒྲིབ་པའི་བར་ཏེ། རྩིག་པ་དྲང་ཆེད་  
 གཡས་གཡོན་དུ་འཐེན་པའི་སྒྲིབ་པ་ལ་རྒྱ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་རྒྱ་བར་  
 ཟེར་བས། ལུང་རིགས་རྩིག་པའི་རྒྱ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་ཡོ་འཁྱོག་མེད་པ་  
 རྩིག་པ་དང་ཡང་མི་འགལ་བར་བཤད་པ་དང་། སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ལུང་  
 རིགས་ཀྱི་རྒྱ་བར་ནས་བརྟན་ཞེས་བྱའོ། །

དང་པོར་འབྱུར་པ་བརྟགས་ནས་ནི། ། ཞེས་སྒྲིགས་ཀྱི་དོན་ནི། བྱ་  
 བ་ལ་འཇུག་པའི་དང་པོར་རང་གི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་ཡོད་མེད་ལྟགས་པར་  
 བརྟགས་ནས་རྒྱས་ན་བྱ་བ་དེ་ཉིད་བཅུ་མ་མཁ། ཡང་ན་སྒྲིབ་པའི་རྒྱས་པ་མེད་  
 བྱ་བྱ་བ་དེ་མི་བཅུ་མ་པ་སྒྲིབ་པ་འཇུག་པར་མི་བྱའོ། ། དང་པོ་ནས་མ་བཅུ་མས་པ་  
 ཉིད་མཆོག་ཡིན་གྱི། བཅུ་མས་ནས་མཐར་མ་བྱིན་བར་དུ་དེ་ལས་ལྟག་པར་མི་  
 བྱའོ། ། བཅུ་མས་ནས་དོར་ན་ཉེས་དམིགས་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། བཅུ་མས་ནས་  
 དོར་བའི་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱིས། སྒྲིབ་གཞན་དུ་འང་འདོར་བ་དེ་ལ་གོ་མས་  
 ཤིང་། དམ་བཅའ་ཉམས་པའི་སྒྲིབ་བྱ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཐིག་པ་དང་།  
 དེའི་རྣམ་སྒྲིབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྒྲིབ་བསྒྲུལ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲིབ་  
 བཅུ་མས་པའི་བྱ་བ་གཞན་དང་། སྒྲིབ་བཅུ་མས་པའི་ལས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་  
 བུའི་དུས་ཀྱང་ནི་དམན་པར་འགྱུར་བ་དུས་རིང་པོར་འགོར་བ་དང་། སྒྲིབ་  
 མཐར་མ་བྱིན་པའི་དབང་གིས་བྱི་མའི་ལས་དེ་ཡང་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་  
 པའོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་ནོར་བུའི་སྒྲིབ་པ་ལས། ཐིག་མར་བཅུ་མས་པ་གང་  
 ཡིན་པ། ། དང་པོ་དེ་ཉིད་བསྒྲིབ་པར་བྱ། ། དེ་ལྟར་ནི་ཀྱན་ལྟགས་བྱས།

གཞན་དུ་གཉིས་ཀ་འབྲུག་མི་འབྲུག་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། འབྲས་  
བུ་གུ་ལོ་མ་པ་ནི། འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ། རྒྱལ་བ་སོ་རྒླེའི་སྤྲུལ་བ་དག་  
པས། ཞེས་པ་ནི། རྒྱལ་བ་སོ་རྒླེའི་སྤྲུལ་བུ་རྩལ་སེམས་དཔའ་བ་དག་པས་  
ཏེ་བདག་གིས་ཞེས་པ་ལོ། །

གཏོལ་མེད་པ་ནི། ཆ་མེད་པ་ལོ། ། རྣམ་སྒྲིན་བདེ་ལ་ཞེས་སྟགས་ནི།  
གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་སྒྲིན་ལྟ་མའི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་  
སྤྱུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ལྟ་ཅི་སྟེ་  
ངོམས་ཏེ་ངོམས་མི་རིགས་ཞེས་པ་ལོ། ། ཆར་ཕྱོན་པ་ནི། མཐར་ཕྱོན་པ།  
ལེགས་པར་བློན་ན་སྟགས་ནི། བྱ་བ་སྤྲུལ་ལེགས་པར་བློན་ན་བྱ་བ་ཕྱི་མ་ལ་  
འཇུག་པ་དང་། ཕྱི་མ་གཞན་དང་གཞན་བྱ་བར་འདོད་པས་སྤྲུལ་བློན་པ་དེ་  
སྤང་བར་བྱལོ། ། ཞེས་པ་ལོ། ། བརྟན་ངེས་ནི། རྩལ་བ་དྲག་པ། བ་  
རེ་བ་ནི། རྒྱན་ཆགས་པའམ་ཆད་པ་མེད་པ། བྱད་པར་འཕགས་པར་བསྐྱེ་  
བ་ལ་ཞེས་སྟགས་ལ། ཐང་སྟོང་ནི། དམ་སྟོང་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། རྩལ་  
བརྟ་ཅང་དྲག་པ་དང་། ཏ་ཅང་སྟོང་པ་ལོ། ། དེ་གཉིས་སྤངས་པས་བཙོན་  
འབྲུས་རན་པས་ན་ཐང་སྟོང་འགའམ་བྱུང་། ཞེས་དང་། བཙོན་བྱའི་ལོན་  
ཏན་ཆེ་ཆུང་ལ་བཙོན་འབྲུས་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་བཙམས་པས། འབྲས་བུ་ལོན་  
ཏན་ལ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཐོབ་པ་སྟོན་ཐོག་གི་བྱུང་སྟེ་ཆ་ཟུག་བཟང་  
དུས་ས་བཟང་ངན་མེད་པ་དང་འདྲ་ཞེས་པ་ལོ། ། རལ་ཁར་ལྷགས་པ་ནི།  
རལ་གྱི་བརྟེན་སར་ཕྱོན་པའི་ཆེ་ཞེས་པ་དང་། འཛེབས་པ་ནི། པར་རྟེང་  
གཉིས་དང་དར་རྟེན་ཏུ་འཛེབས་པར་བརྟེན། ཅེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན།  
གཉེན་པོའི་མཚོན་གྱིས་གིན་ཏུ་འང་ལེགས་པར་བརྟེན། ཅེས་པ་དང་། བུ་



རྟེན་དང་། སར་གསར་པལ་ཆེར་དུ་འཛེགས་པར་བརྟག་ཅེས་ཡོད་པ་ལྟར་ན།  
 ཤིན་ཏུ་འཕ་ལེགས་པར་བསྐྱོན་པས་བྱེ་མར་བརྟགས་ཏེ་ཅ་བ་ནས་དབྱུང་བར་  
 བྱའོ། ། ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ། ཀླ་རྩ་ཡ་ན་ནི། ཀླ་བྱའི་བུ་ཞེས་པ་སྟེ།  
 དང་སྤྱང་ཀླ་བྱ་ཞེས་བྱ་བའི་རུས་སམ་རིགས་རྒྱུད་ལ། བུ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུན་ཨ་ཡ་ན་  
 རྩེན་པས་ཀླ་རྩ་ཡ་ན་ཞེས་བྱ་བ་པའོ། ། ས་མཐོན་པོའི་བཙོན་འགྲུས་ཚུལ་  
 ལུགས་རྣམས་སྟོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། སྟོན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་འདི་  
 ཉིད། རི་དང་ནགས་ཆལ་སྟོན་སྤྱང་ས་མཆོ་དང་མིང་བུས་བརྒྱན་པའི་དགོན་  
 པའི་གནས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ན་གྲང་པོ་ཆེ་གཅིག་བུར་རྒྱ་བ་ཞིག་དུ་གྱུར་རྟོ།  
 དེ་རེ་ཞིག་ཅིག་ན་ནགས་ཆལ་གྱི་མཐར་རྒྱ་ཁིང་སྤང་བས། ཉམ་ཐག་པའི་མིའི་  
 སྐད་དག་ཐོས་ནས་ཅི་ཡིན་སྟུམ་དུ་རིངས་པར་ནགས་དེ་ནས་བྱུང་བ་ན།  
 བཀྲེས་ཤིང་སྐྱེམ་པ་དང་། ངལ་དུ་བ་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་མིམང་པོ་ཞིག་ནགས་  
 ཆལ་གྱི་ཕྱགས་སུ་འོང་བ་མཐོང་ངོ། ། མི་དེ་དག་གིས་གྲང་གྲང་པོ་ཆེ་མཐོང་  
 བས། དེ་ནི་བྱོས་པའི་མཐུན་མིའོ། བདག་ཅག་གསལ་པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་  
 དུ་ཤིན་ཏུ་སྒྲག་པ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་རིག་ནས། སྤྱང་མེའི་སེམས་སྟེས་ཏེ་  
 ང་ལས་འཛིགས་པ་མི་འབྱུང་གི་ བྱེད་ཅག་མ་འཛིགས་ཤིག་ཅེས་མིའི་སྐད་དུ་  
 སྒྲས་པས། མི་དེ་དག་དབྱགས་དབྱུང་ནས་རབ་དུ་དགའ་བས་བྱག་འཆལ་ཏེ་  
 སྒྲས་པ། བདག་ཅག་བྱིམས་དང་འགལ་ཏེ་རྒྱལ་པོས་བསྐྱད་པའི་མི་སྤྱང་ཅམ་  
 ཡོད་པ་འགའ་ཞིག་བཀྲེས་སྐྱེམ་གྱིས་ཤི་ནས་བདུན་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་ཡོད་ཅེས།  
 མིག་མཆིམས་གང་བཞིན་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཏེ། སྤྱང་པོའི་རྒྱལ་པོ། བྱེད་གྱིས་  
 བདག་ཅག་ཟུ་ངམ་དགོན་པའི་གནས་འདི་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་བསྐྱོན་དུ་  
 གསོལ། ཞེས་སྤྱང་མེའི་སྐད་དུ་སྒྲས་པ་ན། སེམས་དཔའ་སྤྱང་པོ་ཆེ་དེ་

བཟོད་སྒྲགས་མེད་པའི་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲིམ་ནས། འདི་དག་བཀྲེས་སྒྲིམ་གྱིས་ལུས་  
 རིང་ཅིང་ཉམ་ཆུང་བས་ནགས་ཚལ་འདི་ན་ཅི་ཡང་མེད། ཟུང་མ་དགོན་པ་  
 དཔག་ཚད་དུ་མ་ཡོད་པ་འདི་ལས་རི་ལྟར་བསྒྲུལ། ད་ནི་དེའི་ཤ་འདི་ལམ་  
 རྒྱགས་དང་། རྒྱུ་མས་ཆུ་སྔོན་བྱས་ནས་ཐར་བར་བྱས་པ་ལས་གཞན་ཐབས་  
 མེད་དོ་སྒྲིམ་ནས་སྒྲིམ་ལག་པ་བསྐྱེད་ས་པ་ལྟར་བརྒྱུད་ས་ཏེ་སྒྲིམ་པ། རི་འདིའི་  
 རྩུང་ན་མཆོ་ཆེན་པོ་དང་། དེ་དང་མི་རིང་པའི་རི་དེའི་ཁ་ནས་ལྷུང་བའི་སྒྲིང་  
 པོ་ཆེའི་རོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི། དེའི་ཤ་ལ་ལམ་རྒྱགས་དང་། རྒྱུ་མའི་རྒྱལ་པས་ཆུ་  
 ཡོང་ས་ལ་ཕྱྱགས་འདི་ནས་སོང་ས་ཤིག། ཟུང་མ་དགོན་པ་ལས་ཐར་བར་  
 འགྱུར་རོ། ། ཞེས་བསྟན་ནས། ལམ་གཞན་ཞིག་ནས་སོང་སྟེ། རིའི་  
 ཁར་འཛེགས་ནས་སྔོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་རང་ལུས་པོར་རོ། ། དེའི་ཆེ་ས་གཡོས།  
 ལྟ་དང་དཀར་ཕྱྱགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་དོ། ། མི་  
 དེ་རྣམས་སྒྲིང་པོ་ཆེས་ལམ་བསྟན་པ་ལྟར་སོང་བ་ན། མཆོད་དང་། སྒྲིང་པོ་  
 ཆེའི་རོ་མཐོང་ནས་ལེགས་པར་བརྟགས་པས། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཕྱྱགས་  
 རྩེས་མ་བཟོད་ནས་རང་ལུས་བཏང་བར་ཤེས་ཏེ། ཟུང་ན་དང་དད་གུས་ཀྱིས་  
 མིག་མཆིམས་གང་ནས། འདི་ལྟ་བུའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་སྐུ་ཤ་བླ་ག་ལ་  
 མོད། འདི་ལ་མཆོད་པ་དང་བཀྲུར་སྟེ་བྱ་བར་རིགས་སོ་བློར། མི་སྒྲོ་གྲོས་  
 ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་བདག་ཅག་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འདིའི་ཕྱྱགས་བཞེད་  
 ལྟར་མ་བྱས་ན། འདིའི་སྐུ་སྒྲོག་བཏང་བའང་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་བས་ཕྱྱགས་  
 དགོངས་ཚེགས་པར་བྱས་ན་མཆོད་པ་དང་བཀྲུར་སྟེ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 རྒྱས་ཏེ་ཤ་རྣམས་སྒྲིང་ས། རྒྱུ་མས་ཆུ་སྔོན་བྱས་ཏེ་ཆུ་ཡང་སྒྲིང་ས་ནས་རི་ལྟར་  
 ལྷུང་བསྟན་པ་ལྟར་སོང་བས་ཟུང་མ་དགོན་པ་དེ་ལས་ཐར་བར་གྱུར་ཏོ། །



ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཏེ། འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱད་ཚུལ་ལ་སྒྲིན་གནས་ཡང་ཡང་བྱའོ།༥  
 བསམ་གཏན་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ། རྗེའི་ཉམས་མགུར་ལས། བསམ་  
 གཏན་སེམས་ལ་དབང་བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་ཏེ། ། བཞག་ན་གཡོ་མེད་རི་ཡི་དབང་  
 པོ་བཞིན། ། བཏང་ན་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ཀུན་ལ་འཇུག ། ལུས་སེམས་  
 ལས་སུ་རུང་བའི་བདེ་ཆེན་འབྲེན། ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་རྣལ་འབྱོར་དབང་པོ་  
 རྣམས། ། རྣམ་གཡེང་དག་འཛུམས་ཏིང་འཛིན་རྒྱུ་དུ་བསྟེན། ། རྣལ་  
 འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། ། ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་  
 བཞིན་བསྐྱབ་འཆམ་ལོ། ། ཞེས་སོ། ། དེ་ལ་དགེ་བའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་  
 དེ་བསམ་གཏན་གྱི་མཆོན་ཏིང་། ཅེ་གཅིག་པའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་ལྔ་དེ།  
 བསམ་གཏན་གྱི་པར་བྱེན་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་ངོ་བོ། ཅེ་གཅིག་པའི་སེམས་པ་  
 གོམས་པ་མཐར་བྱེན་པ་ན་བསམ་གཏན་གྱི་པར་བྱེན་ཚྲོགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བ་ཞེས། སྐད་གྱི་བྱིངས་དོན་ལྟར་ན། སེམས་  
 པས་ན་བསམ་གཏན་ཞེས་བཞེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མྱོང་དང་རྒྱུ་སེམས་པ་ལ་འོ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཉེ་བར་གཏོད་པས་ན་  
 བསམ་གཏན་ཞེས་བྱའོ། ། ཡང་ན་བསམ་གཏན་གྱི་སྐད་དོད་རྒྱ་ན་ལ་ཡིག་  
 དབྱིབས་ལྟ་བུ་བཤད་ན་ཡེ་དེ་འཛིན་པས་ན་བསམ་གཏན་ཞེས་བཤད་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་ལར་བསྐྱབ་ནས་རྒྱ་ར་འཛིན་པ་དང་། ར་ལ་མ་གོང་དུ་བསྐྱབ་  
 ར་སམ་ན་ཡིད་ལ་འཇུག་པས་ཡིད་འཛིན་པས་བསམ་གཏན་ཞེས་ངེས་ཆོག་གི་སྒྲ་  
 བཤད་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཡང་བསམ་པ་དམིགས་ཡུལ་ལ་གཏན་དུ་གནས་  
 པས་ན། བསམ་གཏན་ཞེས་འགའ་ཞིག་བཤད་དོ། ། བསམ་གཏན་ལ་ངོ་  
 བོའི་སྒྲིན་ས་དབྱེན། ཞིར་གས་ཀྱི་རྣམ་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་ནི། འཕགས་

རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པའི་བསམ་གཏན་དང་། བདག་མེད་པའི་དོན་  
 ལ་ཆེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་བསམ་གཏན་ནི་སྒྲིམ་རྒྱུ་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་བསམ་གཏན་། སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་ལམ་ལ་འཇོག་ཚུལ་དུ་མ་ཡོད་དེ། བློ་རགས་རྣམ་ཅན་གྱི་ལམ་དང་།  
 བདེན་པའི་རྣམ་ཅན་གྱི་ལམ་ལ་འཇོག་པ་དང་། ཟག་བཅས་དང་། ཟག་  
 མེད་གྱི་ལམ་ལ་འཇོག་པ་དང་། སྒྲིམ་སྒྲིམ་དང་། འཕགས་པའི་ལམ་ལ་  
 འཇོག་པ་སྒྲིམ་ལས་ཕྱི་མ་གཙོ་ཆེན་། ། ཕྱགས་གྱི་སྒྲིམ་ནས་དབྱེ་ན། བློ་  
 གནས་གྱི་ཕྱགས་གྱི་བསམ་གཏན་། ལྷག་མཐོང་གི་ཕྱགས་གྱི་བསམ་གཏན་།  
 བློ་ལྷག་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱགས་གྱི་བསམ་གཏན་། དེ་ལ། སེམས་གནས་  
 དགའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་ནི་བློ་གནས་གྱི་ཕྱགས་གྱི་བསམ་གཏན་དང་། དེ་  
 དག་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་རྣམས་དང་། རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་།  
 རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་དཔྱད་  
 པ་རྣམས་ནི་ལྷག་མཐོང་གི་ཕྱགས་གྱི་བསམ་གཏན་ཡིན་ཏེ། ཉན་ས་ལས།  
 སེམས་ཆེ་གཅིག་པ་ཉིད་ལ་ཡང་བློ་གནས་གྱི་ཕྱགས་དང་། ལྷག་མཐོང་གི་  
 ཕྱགས་ཡོད་དེ། སེམས་གནས་པ་རྣམ་པ་དགུ་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བློ་གནས་  
 གྱི་ཕྱགས་ཡིན་ནོ། ། ཤེས་རབ་གྱི་དཔྱད་པ་རྣམ་པ་བཞི་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 ལྷག་མཐོང་གི་ཕྱགས་ཡིན་ནོ། ། བློ་གསལ་ལས་པའི་ཕྱིར། བློ་ལྷག་ཟུང་  
 འབྲེལ་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ནི། བློ་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཕྱགས་གྱི་  
 བསམ་གཏན་ནོ། ། བྱེད་ལས་གྱི་སྒྲིམ་ནས་དབྱེ་ན། ལྷན་སེམས་ཤིན་ལྷངས་  
 གྱི་བདེ་བས་ཐིན་པའི་བསམ་གཏན་ནི། ཆོ་འདིར་ལྷན་སེམས་བདེ་བར་  
 གནས་པའི་བསམ་གཏན་དང་། མཐོང་ལམ་ལྷ་བུའི་ས་དང་ལམ་གྱི་རྟེན་བྱེད་



པའི་བསམ་གཏན་ནི། ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན། མངོན་  
 ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་སྒྲིག་གི་རྟེན་བྱས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྤྱོད་པའི་བསམ་  
 གཏན་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ཏེ་གསུམ་མོ། ། རྣམ་  
 ཐར་དང་ཟད་པར་དང་ཟིལ་གཞོན་སྒྲིག་གི་དོན་ལ། རྣམ་ཐར་བརྒྱད་ནི།  
 གཞུགས་ཅན་གཞུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར། གཞུགས་མེད་གཞུགས་ལ་ལྟ་  
 བའི་རྣམ་ཐར། གཤམ་སེལ་སྤྱད་པའི་རྣམ་ཐར་དང་གསུམ། རྣམ་མཁའ་  
 མཐའ་ཡས་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འཇུག་གམ་རྣམ་ཐར། རྣམ་ཤེས་མཐའ་  
 ཡས་གྱི་རྣམ་ཐར། ཅི་ཡང་མེད་གྱི་རྣམ་ཐར། སྤྱིད་ཅེའི་རྣམ་ཐར།  
 འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་རྣམས་སོ། ། གཞུགས་མེད་བཞི་དང་། འགོག་པའི་  
 སྟོམས་འཇུག་དང་། རྣམ་ཐར་གྱི་བྱུང་པར་གང་ཞིན། ལུས་གྱི་འབྱུང་བ་  
 ཆེན་པོའམ། སེམས་སེམས་བྱུང་དམིགས་པ་ལ་ཆམ་ཉམ་དུ་བྱེད་པས་སྟོམས་  
 འཇུག་དང་། རང་སའི་ཀུན་དཀྱིས་ལས་ཐར་ཞིང་དེ་དང་མི་འདྲེ་བའི་ཆུན་པོ་  
 རྣམ་ཐར་དུ་འཛོག་གོ། ། ཟད་པར་ནི། རང་གི་སེམས་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་  
 ཁམས་གོང་མའི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་སེར་སྒྲིག་ཡུལ་བརྒྱ་པོ་གང་རུང་  
 གིས་བྱུང་པར་སྤྱོད་ཅུས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དུ་དམིགས་པ་དེ། ཟད་པར་གྱི་  
 ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་བརྒྱ་ཉིད། ཟད་པར་ས། ཟད་པར་  
 རྩ། ཟད་པར་མེ། ཟད་པར་རྩྱུང་ཉིད། འབྱུང་བ་བཞི་དང་། ཟད་  
 པར་སྤྱོད་པོ། ཟད་པར་སེར་པོ། ཟད་པར་དཀར་པོ། ཟད་པར་དམར་  
 པོ་སྟེ་འབྱུང་འགྱུར་བཞི་དང་། ཟད་པར་ནམ་མཁའ། ཟད་པར་རྣམ་ཤེས་  
 ཏེ་བརྒྱའོ། ། ཅེའི་ཕྱིར་ཟད་པར་ཞེས་བྱ་ཞིན། རང་རང་གི་དམིགས་ཡུལ་  
 དེ་དང་དེས། རང་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཀུན་ལ་བྱུང་པར་སྤྱོད་ཞིང་སྤྱད་པར་བྱེད་

བསམ་བློ་པར་ཞེས་བྱའོ། ། ཟིལ་གཞོན་ནི། རང་གི་སེམས་ཉིན་དུ་གྱུར་  
 པའི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་དམིགས་པ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་  
 ལ་དབང་འཕྱོར་བའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དུ་དམིགས་པ་དེ། ཟིལ་གཞོན་གྱི་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་བརྒྱད་ལས། དབྱིབས་ཟིལ་གཞོན་  
 བཞིན། རང་གཟུགས་སུ་འདུ་ཤེས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་རྒྱུད་དུ་ལ་ལྟ་བའི་  
 ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆོད། དེར་འདུ་ཤེས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཆེན་  
 པོ་ལ་ལྟ་བའི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆོད། རང་གཟུགས་མེད་པར་འདུ་  
 ཤེས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་རྒྱུད་དུ་ལ་ལྟ་བའི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆོད།  
 དེར་འདུ་ཤེས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཆེན་པོ་ལ་ལྟ་བའི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་  
 མཆོད་དང་བཞིན། ། ལ་དོག་ཟིལ་གཞོན་བཞིན། སྤྲོན་པོ་ཟིལ་གྱིས་  
 གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆོད། སེར་པོ། དམར་པོ། དཀར་པོ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་  
 པའི་སྐྱེ་མཆོད་དང་བཞིན། ། སྦྱར་ཟིལ་གཞོན་ལ། ཆེ་བས་རྒྱུད་བ་ཟིལ་  
 གྱིས་གཞོན་པ་དང་། སྟོབས་དང་ལྗན་པས་སྟོབས་རྒྱུད་བ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་  
 དང་། སྤྲོན་སྤྲོན་བ་མི་སྤྲོན་བར་བྱས་ནས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། ཉན་  
 མོངས་སྤྲོན་བ་ལྟ་བུ་སྤྲོན་པས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། རྩེ་བོས་བྲན་  
 ལ་དབང་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དབང་བྱེད་པར་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་ལྷ་ཡོད་པ་ལས།  
 འདིར་བཤད་པ་ནི་གསུམ་པ་དང་ལྷ་པའི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱའོ།  
 སམ་ཐོན་པའི་བསམ་གཏན་ལ་སྤྲོན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། སྤྲོན་བྲམ་བེ་སྤྲོན་  
 བདུན་གྱིས་བྱིམ་གྱི་འཕྱོར་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་དགོན་པའི་  
 གནས་མཆོ་བཟང་པོ་མེ་ཏྲིག་པར་མང་པོས་བརྒྱན་པ་ཞིག་གི་འགྲམ་ན་སོ་སོར་  
 ཤིང་ལོའི་སྦྱིལ་པོ་བྱས་ཏེ་གནས་སོ། ། དེའི་ཆེ་བུ་པོ་དུག་ཞག་ལྷ་ལྷ་ན། སུ་



བོ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བྱང་དུ་ཆོས་ཉན་པའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས།  
 གཞན་གྱི་ཆོ་གཅིག་ལ་གཅིག་བཟུང་མི་འགྲོ་ལ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་།  
 འཁོར་རྒྱལ་ལ་འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས། ཞི་བའི་ཕན་ཡོན། བསམ་  
 གཏན་གྱི་མན་ངག་སོགས་འདོམས་པར་མཛད་དོ། ། དེ་དག་གི་བྱ་མོ་ཞིག་  
 ཡིད་བདེ་ཡང་གྲས་པས་གཡོག་བྱེད་དེ་ཉན་རེ་བཞིན་མཆོད་ནང་ནས་པར་ལྷེད་ཅ་  
 བཟོན་ཏེ་ལོ་མར་ཆ་མཉམ་པར་བཞོས་ནས་ཟས་ཀྱི་དུས་ལ་བབ་པའི་ཆོ་རྟག་  
 བརྒྱུད་པའི་བཅུ་བྱས་པ་ན། ཆན་རིམ་གྱིས་སོང་ཉེ་རང་རང་གི་སྐལ་བ་  
 སྤངས་ནས་སྤྱི་ལ་པོར་ཆོ་ག་བཞིན་དུ་སྤངས་སྤྱད་དོ། ། དེ་དག་གི་སྤྱད་རྒྱུ་  
 སྤོང་དུ་འཛུགས་བས། གྲགས་པ་ཆེར་གྱུར་ཏེ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ཐོས་ཏེ་བརྟག་  
 པའི་ཕྱིར་དེར་སོང་ནས་ཞག་ལྷེད་བར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྐལ་བ་པར་ལྷེད་ཅ་  
 བའི་ཆ་དང་པོ་དེ་མི་སྤང་བར་བྱས་པ་ན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཉན་རེ་  
 བཞིན་སོང་ཡང་རང་གི་སྐལ་བ་མི་སྤང་བས་སྤྱར་ལོག་ནས་ཟན་བཅད་མས་  
 མཆར་ཞིང་ངོ་ཆ་བསམ་མོ་སྤྱད་དེ། རང་རང་གཅང་བར་བཟུན་པའི་ཕྱིར་ཅུ་  
 བོ་བྱུག་གིས་རིམ་བཞིན་ཆོགས་བཅད་རེས་མན་འཁོར་བར་བཞི། བྲམ་ཟེ་ཁྱོད་གྱི་  
 ཅ་བ་སྤྱས་ཁྱེད་བ། ། འཁྱུར་པའི་མཆོན་མས་བརྒྱན་པའི་ཁྱིམ་བདག་དང་།  
 ཅུང་མ་ཡིད་དུ་འོང་བའང་རྟོན་པར་སོག། ། ལུ་དང་ཆ་བོ་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཉན་  
 པར་སོག། ། ཅེས་པ་དང་། བྲམ་ཟེ་ཁྱོད་གྱི་ཅ་བ་སྤྱས་ཁྱེད་བ། ། ཐེང་བ་  
 ངོ་ཤལ་ཅ་རྒྱན་གོས་བཟང་དང་། ། ལུ་ཡིས་རེག་པའི་རྒྱན་རྒྱལ་སེམས་ཐོབ་པ་ཡིས།  
 འདོད་པ་མི་བཟད་པ་ལ་སྤྱད་པར་སོག། ། ཅེས་དང་། ཁྱོད་གྱི་ཅ་བ་གང་  
 གིས་ཁྱེད་བདེ། ། ཞིང་རྒྱུས་པ་ལས་ནོར་དང་བྱན་རྟོན་ཅིང་། ། ལུ་དང་སྤྱི་  
 བསམ་རབ་ཏུ་དགའ་བར་འགྱུར། ། ཆོ་ལའང་མི་སྤྱི་ཁྱིམ་ན་དགའ་བར་སོག།

ཅེས་དང་། ཁྱོད་གྱི་ཅ་བ་བརྒྱུ་པ་པས་གང་ཁྱེད་པ། ། རྒྱལ་པོས་བྲན་བཞིན་  
 དུལ་བར་སྤྱོད་པ་ཡས་< ཡིས > ། ། གཙུག་རྟོར་བ་དུད་པས་རབ་དུ་བྱུག་བྱས་  
 ཤིང་། ། རྒྱལ་པོའི་ཚུལ་གྱིས་མ་ལུས་ས་སྤྱོད་གྱུར། ། ཅེས་དང་། ཁྱོད་ལྟ་  
 བུ་ཡི་ཅ་བ་གང་ཁྱེད་པ། ། དེ་ནི་རྒྱལ་པོའི་མ་དུན་ན་འདོན་གྱུར་ཏེ། རྣམས་  
 ལ་སོགས་པས་བདེ་ལོགས་བྱེད་གྱུར་ཅིག ། དེ་བཞིན་རྒྱལ་པོས་བཀྱར་སྟེ་བྱ་  
 བར་ཤོག ། ཅེས་དང་། ཅ་བ་འདོད་ཅིང་ཡོན་ཏན་མི་འདོད་པ། རིག་  
 བྱེད་ལོ་བས་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དང་། ། དགའ་ཕུབ་ཅན་དུ་རེ་བ་ཆེན་པོ་  
 ཡིས། ། དུལ་མི་ཀུན་གྱིས་དེ་ལ་མཆོད་པར་ཤོག ། ཅེས་སོགས་རེ་རེ་ནས་  
 མནའ་པོར་བ་ན། སུ་པོ་བྲམ་ཟེས། གང་ཞིག་མ་བརྒྱག་པར་ནི་བརྒྱག་  
 པའམ། ། གང་ཞིག་དེ་འདྲར་ཁྱེད་ལ་དོགས་གྱུར་པ། ། འདོད་པ་ཡིད་  
 འོང་ཅི་བདར་< བདེར > སྤྱད་ནས་སྟ། ། བྱིམ་ན་གནས་བཞིན་འཆི་བའི་  
 དུས་བྱེད་གྱུར། ། ཅེས་འཁོར་ནམས་གྱིས་ཁྱེད་བར་དོགས་པ་རང་ལ་མེད་  
 པར་བསྟན་ཏོ། ། དེ་ནས་བརྒྱ་བྱིན་རང་གཟུགས་བསྟན་ནས་འདོད་པ་ལ་  
 སྤྱད་པའི་རྒྱ་མཆོན་དྲིས་པའི་ལན་དུ་འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་པས།  
 བརྒྱ་བྱིན་བཟོད་པར་གསོལ་ཏེ་པརྒྱའི་ཅ་བ་སྤྱོད་པ་ནམས་སྤར་ཕུལ། ཡིད་  
 དགའ་ཞིང་གྱུས་པས་བྱུག་འཆལ་ནས་མཛོན་པར་བསྟོད་དེ་མི་སྤང་བར་གྱུར་ཏོ།  
 དེས་ན་འདོད་པ་ནི་སྤང་གྲོལ་ཀུན་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་པས། རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་།  
 ཆོས་འདོད་ནམས་ཀྱི་སྟོན་པའི་གནས་ནི། བྲམ་ཟེ་སྟན་བདུན་གྱིས་དམོན་  
 པའི་མནའ་པོར་ཏུ་མ་སོང་བ་ཞིག་དགོས་སོ། ། ཞིས་པོ་རྟོ་བ་གསུང་ངོ། ༥

ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ། རྗེའི་ཉམས་མགུར་ལས། ཤེས་རབ་  
 ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་ལྟ་བའི་མིག ། སྤྱོད་པའི་ཅ་བ་དུངས་ནས་འབྱིན་པའི་ལམ།



གསུང་རབ་ཀུན་ལས་བསྐྱུགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཏེར། ། གཏི་མུག་མུན་སེལ་  
 སྒྲོན་མེའི་མཚོག་ཏུ་གྲགས། ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཐར་འདོད་མཁས་པ་ཡིས།  
 ལམ་དེ་འབད་པ་དུ་མས་བསྐྱེད་པར་མཛད། ། རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་  
 ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། ། ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཆལ་ལོ། །  
 ཞེས་སོ། ། དེ་ལ། ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་སེམས་པ་ཤེས་རབ་གྱི་མཚན་  
 ཉིད། ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་འབྱེད་ཆོས་བཞི་ལྟན་ཤེས་རབ་གྱི་ཕར་ཕྱིན་གྱི་ཉམས་  
 ལེན་གྱི་ངོ་བོ། ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་འབྱེད་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ན་ཤེས་རབ་  
 གྱི་ཕར་ཕྱིན་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། ། ལས་གྱི་གནས་གྱི་རིག་པ་ནི། ཆོང་དང་  
 ཞིང་ལས་སྐྱུགས་ལས་ཀའི་རིགས་ལ་མཁས་པའི་རིག་པ་ལོ། ། མཐོང་དང་མ་  
 མཐོང་སྐྱུགས་ནི། ལྷ་ལྷུབ་གྱིས་མཛད་པའི་ཤེས་རབ་བརྒྱ་པའི་ལུང་ངོ། །  
 མཐོང་བ་ནི་ཆོ་འདི་དང་། མ་མཐོང་བ་ནི་ཆོ་བྱི་མའོ། ། ཆོས་དང་།  
 དོན་དང་། འདོད་པ་དང་། ཐར་པ་ནི་སྒྲེ་བཞི་སྟེ། དེ་ཡང་། ཆོས་ནི་  
 མཛོན་མཐོང་ངས་ལེགས་ཐོབ་བྱེད་གྱི་དགོ་བའོ། ། དོན་ནི་ནོར་གསོག་གྱུང་  
 བྱེད་པའོ། ། འདོད་པ་ནི་ལྷ་མེའི་འདོད་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའོ། ། ཐར་པ་  
 ནི་བྱང་ཆུབ་སྟེ། ཆོས་དང་ཐར་པ་རྒྱ་འབྲས་དང་། ནོར་དང་འདོད་པ་འང་  
 རྒྱ་འབྲས་སྟུབ་ཤད་ངོ། ། རྩན་པ་ནི་ཡོན་ནམ་གྱི་བར་རྒྱུད་འདོད་པ་ལོ། ། ཞི་རྩ་རྩ་  
 ལ་ནི་དབང་པོ་སྒྲོན་པོ་སྟེ། ཞི་རྩ་ནི་དབང་པོ། རྩ་ལ་ནི་སྒྲོན་པོ་སྟེ་དོན་  
 རིགས་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོན་པོ་ཞིག་ཤོ། ། སྤྱི་ཞིའི་སྤྱི་པ་ནི་འཁོར་བ། ཞིབ་  
 ནི་བྱང་འདས་སོ། ། ཆུ་ལ་བྱིམས་ནི་ཆུ་དང་མཐུན་པའི་བྱིམས་སོ། ། དེ་  
 འདྲའི་བསམ་གཏན་བདེ་དགའ་སྐྱུགས་གྱི་དོན་ལ། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་  
 འདྲའི་བསམ་གཏན་བདེ་དགའ་མཚོག་གི་ཕན་ཡོན་དང་ལྟན་པ་རིགས་པའི་

ཚུལ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དགོས་ན། ཤེས་རབ་མེད་  
 པས་བསམ་གཏན་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་པ་བྱིང་ཚོད་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིན་  
 བསགས་པའི་ཉེས་པ་ཆེན་པོས་སྤགས་པའམ་གོས་པར་གྱུར་པའི་ལམ་གོལ་སར་  
 འབྱམས་པའི་སྒྲེ་བོ་མ་རབས་པ་དག་གི་ཡིད་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་སྒྲིན་མེད་ཇི་ལྟར་  
 འགྲུབ་སྟེ། མི་འགྲུབ་ཅེས་སྒྱུར་ན་བདེའོ། ། ཡ་ཡ་བོ་ནི། ཡེང་ཡེང་བོ་  
 སྟེ་སེམས་གཡངས་པའི་དོན་ནོ། ། ཆོས་ཉིད་འདོར་བར་མི་མཛད་ལ་ཞེས་  
 སྐྱེས་ནི། ཆོས་ནམས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཉིད་འདོར་བར་མི་  
 མཛད་པ་སྟེ་འདོར་མི་དགོས་ཤིང་། རྒྱ་འདི་ལས་འབྲས་བུ་འདི་འབྱུང་བའི་  
 ཀྱན་རྫོབ་དང་ཡང་མི་འགལ་ཞིང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྟངས་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་  
 དུ་མཐོང་བ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱེད་ཅེས་པའོ། ། གནང་བ་དང་ནི་བཀག་པ་ཞེས་  
 སྐྱེས་ལ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། མདོ་སྤགས་ཀྱི་གནང་བ་དང་ནི་བཀག་  
 པ་ལ། བཅོམ་ལུན་འདས་ཕྱོད་ཀྱི་བཀའ་ལ་ལར་མཐུན་ཞིང་གཞུང་གཅིག་ཏུ་  
 དེས་པ་ཡང་ཡོད་ཅིང་། གཞུང་ལ་ལར་སྤགས་ལ་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་ལམ་  
 བྱེད་གནང་བ་དང་། འདུལ་བ་ནས་བཀག་པ་ལྟ་བུ་དེས་པ་མ་ལགས་པར་མི་  
 མཐུན་པ་ཡང་ཡོད་ལ། དེ་གཉིས་གང་ཟག་གཅིག་གིས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་  
 ཡང་དུས་སྐབས་དང་། སྒྲིགས་དང་། དགག་དགོས་ཀྱི་དབང་གིས་ཕན་  
 ཚུན་འགལ་བའང་མཆིས་སོ། ། དེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡང་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱེད་ཅེས་པའོ། ། དེ་ལ། མདོ་སྤགས་གཉིས་ཀ་ནས་བཀག་  
 པ་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ནི་ཆང་ལྟ་བུ་སྟེ། མདོ་དང་རྒྱུད་སྟེ་འོག་མ་ནས་བཀག་  
 པར་མ་ཟད་སྒྲ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་ནས་ཀྱང་བཀག་པ་ཡིན་ཏེ། དུས་འཁོར་གྱི་བརྒྱལ་  
 བྱགས་ཉེར་ལྔའི་ཐེག་པ་ལྟ་སྟངས་བཞི་ཙམ་བཞི་ཆང་དང་བཅས་པ་ལྟ་སྟངས་པ་ལ་



བཤད་པ་དང་། བདེ་མཆོག་སྒྲིམ་འབྱུང་གི་རྒྱུད་ལས། རྒྱལ་པ་ཆང་གིས་  
 ཉམས་འགྱུར་ཞིང་། ། འདོད་པ་ལ་བརྟམ་འཕྱིག་པར་བྱེད། ། གར་བྱེད་  
 དེ་བཞིན་རྒྱུད་པ་དང་། ། འཐབ་མོ་ལ་སྒྲིམ་པར་འབྱུག། ། སྒྲིང་ཅིང་  
 ཉམས་པར་བྱེད་པས་ཀྱང་། ། དམུལ་བ་དུ་འབོད་དུ་འཆོད་འགྱུར། །  
 རྣལ་འབྱུར་མ་ཀྱན་ཁྱོས་པ་དང་། ། རྒྱལ་པས་དམུལ་བར་འགྲོ་འགྱུར་ཞིང་།  
 དེ་ལ་ནད་དང་མུ་ངན་འཇིགས། ། རྣམ་འཆོ་འཇིགས་སུ་རུང་བ་འབྱུང་།  
 སྒྲུལ་ལ་འཁུ་སྒྲུལ་སྒྲིང་། ། སེམས་ཅན་འཁུ་ལ་སྒྲིམ་མི་བྱ། ། བདུད་ཅི་  
 དང་ནི་དུག་དེ་ཉིད། ། དངོས་གྲུབ་སྒྲུབ་པ་འབྲས་སུ་མེད། ། འདི་དག་  
 སྒྲིམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། ། རྒྱལ་པས་སྤང་པར་བྱ་བར་གསུངས། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། མཆོངས་མེད་ཞེས་སྐད་ཀྱིས་ལ། མཆོངས་མེད་ནི་སྒྲི་  
 གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཆོངས་པ་མེད་པའོ། ། མཆོག་ཏུ་བྱ་བ་ནི།  
 མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་རོ། ། སྒྲི་ཆལ་ནི། རྒྱུར་བཤད་ཐིན་པ་ལྟར་གྱི་སྒྲི་  
 ཆལ་དུག་ཏུ་ཆ་བཞིའོ། ། གཏེར་མཆོག་ནི། ཆོས་དང་འོར་གྱི་གཏེར་  
 མཆོག་གོ། ། གཙུག་ལག་མིག་འདྲ་ནི། གཙུག་ལག་ནི་གསུང་རབ་སྟེ་དེ་  
 སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལྟ་བུ་ལ་མིག་དང་འདྲ་བའོ། ། ཡོངས་སུ་སྒྲིབ་བྱེད་ནི།  
 ཉེར་འཆོ་ལས་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སྒྲིབ་དཔུང་ཐས་སྒྲིབ་སྐྱོད་སྐྱོད་དང་།  
 སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྤང་། རྒྱལ་པ་ནི། ཞི་རྒྱས་དབང་དུག་སྐྱོད་ལས་སྒྲིབ་  
 པའི་ཐབས་ཏེ། དེ་དག་གི་རྣམ་པར་བཤོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་པར་དང་དོ་བོ་  
 ཐད་དང་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་རྣམ་པ་མང་པོ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས་དང་།  
 རྣམ་ཐར་བརྒྱུད་དམ་རྣམ་ཐར་སྒྲི་གསུམ་དག་དང་། འཇིག་རྟེན་པན་པའི་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ཞེས་པའོ། ། དམུལ་མོང་

བོ། སྐྱེདུས་ནས་མིག་མེད་པ་དང་། དམིགས་ཕུ་ནི། ལང་བ་འབྲིད་  
 མཁན་གྱི་མིང་རྟོ། ། ཡིད་ལམ་དྲང་པོར་ཤེས་རབ་མེད་མི་འགྲོ། ། ཞེས་པ་  
 བོ། རྒྱལ་བ་རྣམས་གསེགས་པའི་ཡིད་ལམ་དྲང་པོར་ཤེས་རབ་མེད་པར་མི་  
 འགྲོ་ཞེས་པའོ། ། ལེ་ལོ་སྟོམ་དང་ཞེས་སྐགས་གྱི་དོན་ནི། དགེ་བ་ལ་མི་  
 འཇུག་པའི་ལེ་ལོ་དང་། ཉལ་བ་སྒྲོས་འབེབས་པ་འཕྲེས་པ་མ་རུས་པའི་སྟོམ་  
 ལས། བསྟེན་ངན་ཏེ་སྐགས་ངན་བསྟེན་པ་དང་། གཉིད་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་  
 པ་དང་། མི་རྟོག་དང་ཚུལ་ཏེ་སོས་རྟོག་པ་ལ་མི་མོས་པ་དང་། ཐུབ་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་མཆོག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་མེད་པ་དང་། མི་ཤེས་བཞིན་དུ་བདག་  
 གིས་ཤེས་སྟོམ་པའི་ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཅོན་པས་གཞན་ལ་བྱུང་གསོད་གྱིས་  
 དོན་འདྲི་བ་དང་། བདག་གིས་མི་རུས་སྟོམ་པའི་དམའ་སེམས་སམ་བྱམ་པས་  
 བདག་ཉིད་ལ་ཞིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱས་མཁས་པའི་སྐྱོལ་ལ་བསྟེན་ནས་མང་དུ་  
 ཐོས་པར་མ་དད་པ་དང་། ལྷན་སྐྱེས་དང་ཀུན་བཏགས་གྱི་ལྷག་པའི་རྣམ་རྟོག་  
 གི་དུག་ཆེན་པོས་སེམས་ལ་བྱུབ་པའི་ལྷག་ལྟ་དག་ མོངས་པ་གཏི་ལྷག་གི་རྒྱ་  
 ཡིན་ཅེས་པའོ། ། བསྟེན་འོས་སྒྲུ་མ་ནི། ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པར་འོས་  
 པའི་སྒྲུ་མའོ། ། ཤེས་རབ་ཡངས་པ་ནི། ཤེས་རབ་རྒྱ་ཆེ་བའོ། ། འཁོར་  
 གསུམ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དག་ ། དེ་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པར་འདོད། ། ཅེས་  
 པ་ལ། དབུམ་རང་རྒྱུད་པ་ལྟར་ན། བྱ་བྱེད་གྱི་འཁོར་གསུམ་བདེན་པར་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པའི་བདེན་འཛིན་དག་ནི་ཤེས་སྒྲིབ་དུ་འདོད་ཅེས་པ་དང་།  
 ཐལ་འགྱུར་བ་ལྟར་ན་འཁོར་གསུམ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་བདེན་འཛིན་གྱི་བག་  
 ཆགས་དག་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པར་འདོད་ཅེས་པའོ། ། སྤྲོད་རྒྱ་ནི། སྤྲོད་  
 པའི་རྒྱུའམ་ཐབས། བསྟན་མི་རུས་པ་ནི། བསྟོན་མི་རུས་པའོ། ། ལྷན་



བ་ཅུག་ སྤེད་པ་ཅུག་ནི། སྟོན་པ་འདྲ་མོ་སྤེད་པ་འདྲ་མོ་ཞེས་པའོ། །  
 ཞེ་བཟུགས་ནི། ཡིད་སྟོན། ལྷན་སྤེའི་གྲ་པས་པོ་རྟོ་བ་ལ་སྟེལ་ཐུང་བྱས་  
 པའི་དུས་སུ་ཞེས་སོགས་ནི། བྱེད་ཆོ་ལས་རྒྱ་དང་བསམ་རྒྱ་གང་ཡང་མི་དགོས་  
 པར་བཟང་དུ་ཆོག་པ་སྟེད་པོ་རེད་ཅེས་སྟོན་གཏམ་མཛད་ནས། རྟོན་དུ་དེ་འདྲ་  
 བྱེད་རྒྱ་མེད་ཅེས་ཞལ་གདམས་གནང་བའོ། ། སྟེལ་ཐུང་ནི། ཐེབས་སྟེལ་  
 ཐག་མི་རིང་བ། གནམ་གྱིས་ས་བཀའ་པ་ནི། ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བ།  
 གཞན་ལ་འགམ་རྒྱ་མི་ལྡང་ནི། སྤྲུལ་གཞན་ལ་རེ་བསྟོས་མི་དགོས་པ།  
 གཞུང་ཆེན་པོའི་རྩ་བ་ལ་མཆོད་འགྲེལ་མཆོད་ཀྱིས་བྲིས་པ་དམར་ཤིག་ཤིག་ཡོད་  
 པ་རྣམས་བཟུ་མི་དགོས་པས་ལས་ཀ་ནི་རྩུང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་མ་བསམས་པས་  
 སྤིག་པའི་འབྲས་བུ་ལྷན་བཟུལ་འབྱུང་བའི་དོགས་པ་མེད་པས་སྟོབ་དེར་བཟང་།  
 ཞེ་འགྲངས་ནི། ཡིད་ཆོམས་ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་གཏམ་མཛད་པའོ། །  
 དལ་འབྱུར་གྱི་ཡང་ཀ་ནི། དལ་འབྱུར་གྱི་གྲངས་ཡིག་གམ་ག་རིམ། མ་  
 འབྲུགས་པ་ནི། དལ་འབྱུར་གྱི་རྟོན་བར་མཆོད་དུ་སྟོབ་པའོ། ། འཆད་པ་  
 པོ་སོགས་ཀྱི་དོན། འཆད་པ་པོ་ལ་སྟོས་པ་མེད་ཀྱང་རི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་བཤད་  
 པའི་སྤིག་དུ་འགོ་བའི་ཉན་ཆེ་བ་ཅམ་ཡིན། སྟོམ་པ་པོ་ལ་སྟོས་པ་མེད་ན་  
 བསྟོམ་རྒྱུ་ལ་མི་ཤེས་པས་ལམ་གོ་ལ་བའམ་ཆོད་མི་འོང་བས་སྟོམ་པ་པོ་ཁོན་ལ་སྟོས་  
 པ་ངེས་པར་དགོས་ཞེས་པའོ། ། དྲག་པར་འདོད་པ་ནི། བཟང་བར་སྟོམ་  
 པ། རྒྱུ་བའི་ནི། རྒྱུ་བ་སྟེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུན་པ་ལ་སྟོས་པ་དགོས་  
 ཞེས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པར་འདོད་ན་སྟོས་པ་  
 བཅོལ་དགོས་ཞེས་པའོ། ། སྟོལ་རུག་གེ་ཡོད་པ་ནི། སྟོལ་ཡོངས་རྫོགས་  
 གསལ་སིང་ངེ་ཡོད་པའི་དོན་དང་། སེམས་འཛིན་རྒྱུང་པ་རེ་ལ་སྟོབ་པ་དེ་ལ་

གྲོག་མེད་ཅེས་པ་ནི། སེམས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་འཛིན་པའི་འཛིག་སྒྲིམ་  
 ཅམ་ཞིག་ལ་སྒྲིབ་པ་དེ་ལ་སྒྲིང་པ་མེད་ཅེས་པ་འོ། ། དེས་ན་གྲོག་ཅེས་ཡང་  
 འཇུག་མེད་པ་དག་པས་དག་གྲོགས་ཀྱི་གྲོགས་སུ་འབྱུང་བར་མི་བྱའོ། ། རིག་  
 པའི་གནས་ལཱའི་རྣམ་གཞག་ནི་སྤར་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བའི་སྐབས་བཤད་ཟིན་པ་  
 ལྟར་རོ། ། དེ་ལྟར་སེས་རབ་མེད་ན་བཟང་ངན་གྱི་བྱ་བ་གང་ལ་འད་དཔྱད་མི་  
 སེས་པས། ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་ཅམ་ལ་འབད་ནས་དུད་འགྲོའི་ཀྱན་སྦྱུད་ལས་མ་  
 འདས་པ་ཞིག་འབྱུང་ཏེ། རྗེས་པ་ཏ་གྱིས། ཏྲག་ཏྲག་ཞན་དོན་མི་སེམས་པ།  
 དེ་ཡི་སྦྱུད་པ་ལྷུགས་དང་མཚུངས། ། བཟའ་བརྟུང་འབའ་ཞིག་དུད་འགྲོས་  
 ཀྱང་། ། ལྷུབ་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ། ཡན་དང་མི་ཡན་མི་དཔྱད་ཅིང་།  
 སྦྱང་ཐོས་པ་མི་སྦྱབ་པར། ། ལྟ་འགྲངས་འབའ་ཞིག་དོན་གཉེར་བ། །  
 ལྷུ་མེད་པ་ཡི་ཡག་པ་ཡིན། ། ལྷན་པོའི་དབུས་ན་དགའ་ཞིང་ཅེ། ། མ་ལས་  
 པའི་མདུན་སར་ཁྱམ་ཞིང་འཇུར། ། འོག་དང་སྒྲིག་ཤལ་མེད་ན་ཡང་། །  
 ཡ་སོ་ཅན་གྱི་བ་ལང་ཡིན། ། གང་ན་བཟའ་བརྟུང་ཡོད་དེར་རྒྱག་ །  
 དགོས་པའི་བྱ་བ་བཅོལ་ཡང་འབྲོས། ། གཏམ་དང་བཞད་གད་སེས་ན་ཡང་།  
 མཇུག་མ་མེད་པའི་བྱི་རྒན་ཡིན། ། ཞེས་དང་། བསྒྲུལ་ན་ཐོས་པ་མི་  
 དགོས་ཞེས། ། ལྷན་པོ་སྒྲིག་ཏུ་རྩམ། ། ཐོས་པ་མེད་པར་བསྒྲུལ་པ་ཅམ།  
 འབད་ཀྱང་དུད་འགྲོའི་སྦྱབ་ཐབས་ཡིན། ། རྒྱ་འབྲས་སྦྱ་བ་མེད་པ་འདི།  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། ། མ་བསྐྱབས་པ་ལ་ཀྱན་མཁྱེན་དུ།  
 འགྲོ་ན་རྒྱ་འབྲས་ག་ལ་བདེན། ། ཐོས་པ་མེད་པའི་སྒྲིམ་པ་དེ། ། རེ་ཞིག་  
 གྲུབ་ཀྱང་ལྟར་དུ་འཛིག་ ། གསེར་དཔྱལ་ལེགས་པར་བཞུན་ཡང་། ། མི་  
 དང་བྲལ་ན་སྤངས་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། སེས་རབ་དང་



ལྷན་ན་བཟང་ངན་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་ལེགས་པར་རྟོགས་ནས། དེ་  
 དག་ལ་ཞུགས་པའི་མན་ལོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཡོད་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་ཏེ། བྱ་  
 བཟང་པོ་ལ་འཇུག་ཅིང་། ངན་པ་ལས་སྡོག་པས་འཁོར་བ་དང་ངན་སྤང་  
 གི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་རྣམས་རྒྱུང་རིང་དུ་སྤངས་ཏེ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་  
 གོ་འཕང་གཏོན་མི་ཟ་བར་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། ། དེས་ན་རྗེ་བཙུན་བྱམས་  
 པས། ཤེས་རབ་ལས་གཞན་འདི་དག་ནི། ། སྤང་རྒྱ་གཞན་མེད་དེ་ཡི་ཕྱིར།  
 ཤེས་རབ་མཆོག་ཡིན་དེ་གཞི་ནི། ། ཐོས་པ་དེ་ཕྱིར་ཐོས་པ་མཆོག་ ། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་གང་ལས་འབྱུང་བའི་གཞི་ཐོས་པ་བཅོལ་  
 དགོས་ཏེ། རྗེ་ས་པ་ཏ་གྱིས། རིག་པ་ནང་པར་འཆི་ཡང་བསྐྱབ། ། ཆོ་  
 འདིར་མཁས་པ་མི་སྤྲིད་ཀྱང་། ། སྦྱོབ་ཕྱིམ་ར་བཅོལ་བ་ཡི། ། རྟོར་ལ་རང་  
 ཉིད་ལེན་པ་འདྲ། ། ཞིས་དང་། རང་ལ་དགོས་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས།  
 ཉིམ་རེ་ལ་ཆོག་རེ་བྱུངས། ། གྲོག་མཁར་དང་ནི་སྤང་ཆེ་ལྟར། ། རིང་པོར་  
 མི་ཐོགས་མཁའ་པར་འགྱུར། ། ཞིས་དང་། ལྷན་པོ་སྦྱོབ་པ་དོ་ཆར་འཛིན།  
 མཁའ་པར་རྣམས་མི་སྦྱོབ་དོ་ཆར་འཛིན། ། དེས་ན་མཁའ་པར་རྣམས་རྒྱས་ཀྱིར་ཀྱང་།  
 ཕྱིམ་འདི་དོན་དུ་རིག་པ་སྦྱོབ། ། ཤེས་རབ་མེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས། ། ལྷན་  
 པོ་ཡོན་ཏན་མི་སྦྱོབ་པོ། ། བརྟགས་ན་ཤེས་རབ་མེད་ཉིད་གྱིས། ། ལྷན་  
 པོས་འབད་པ་ལྷག་པར་དགོས། ། ཞིས་དང་། གཞན་ཡང་ཤར་བའི་ཞལ་  
 བས། སངས་མ་རྒྱས་པར་དུ་སྦྱོབ་གཉེར་ལ་ཆར་བ་མེད། སངས་རྒྱས་ཅན་  
 ཆར་བ་ཡིན་གསུང་། ཀ་མ་པའི་ཞལ་བས། ཆོས་བྱས་ན་ཤེས་ཅི་དགོས་  
 བྱས་ན་རང་ཉིད་ཉམས་ནས་འགྲོ་བ་འདི། རེད་ཐོས་རྒྱུང་ལ་འབྱུང་ཉི།  
 བན་ཏུར་བྱས་ན་ཤེས་ཅི་དགོས་ཟེར་ཉེན་ཆེ། ཆོས་ནན་ཏུར་བྱེད་ན་ཤེས་

དགོས་ཏེ། ཆེ་མུང་འདི་ལ་མི་ཚྲོགས་པས་དལ་འབྱོར་གྱི་ཡང་ཀ་མ་འབྲུགས་  
 པར་བྱས་ལ་ཐོས་པ་རྒྱན་མ་ཆད་དུ་བྱ་སྟེ་ལུ་བསམ། སྒྲིམ་པ་པོ་ལ་མི་དགོས།  
 བཤད་པ་པོ་ལ་དགོས་སྟེ་མ་སྟེ། འཆད་པ་པོ་ལ་ཐིག་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཆེ།  
 སྒྲིམ་པ་པོ་ཁོན་ལ་དགོས་གསུང་ངོ། ། དེ་ལྟར་ཆོས་སྐུ་བ་ལ་ཤེས་རབ་དང་།  
 དེའི་རྒྱར་ཐོས་པ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ལ་ངེས་པ་ཆེན་པོ་རྟེན་དགོས། དེ་ལ།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ལུང་གི་བསྟན་པ་དང་། སྐུ་བ་པའི་བསྟན་པ་གཉིས་  
 ལས་མེད་ལ། སྒྲིམ་པའི་སྐུ་བ་བྱེད་ལུགས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅིང་། ཕྱི་  
 མཁོ་ཤེས་ནས་ལག་ལེན་ལ་བཀའ་བ་ཡིན་པས། བསྐུ་བ་པ་མ་ནོར་བ་ཞིག་  
 བྱེད་ན་དེ་ཉིད་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐུ་བ་པའི་བསྟན་  
 པ་མ་ནོར་བར་འཛིན་པ་ལུང་གི་བསྟན་པ་མ་ནོར་བར་གོ་བ་ལ་རག་ལས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། ། དེས་ན་དང་པོ་ནས་མི་ཤེས་ན་ཡང་ཁྱུ་པར་མི་བྱ་བར་སྒྲོ་དང་  
 བསྟན་པའི་ཐོས་པ་ཆེ་ཆུང་གང་འཐད་རེ་ལ་འབད། དེ་ཡང་ཐོས་པ་ལྷགས་སུ་  
 བྱེད། སྐུ་བ་པ་ལྷགས་ཤིག་ལ་བྱེད་པ་མིན་གྱི། གང་ལ་བསྐུ་བ་པར་བྱ་བའི་  
 གནས་དེ་ཉིད་ལ་ཐོས་བསམ་བྱ་དགོས་ལ། སྒྲིམ་ཐོས་བསམ་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་  
 བསྐུ་བ་པ་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས་པས། ཕྱགས་རེ་བར་མ་སོང་བའི་ལམ་གྱི་ཆ་  
 ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པ་རེ་ལ་ངེས་པར་བསྟེན་དགོས། སྒྲིམ་མཐུ་ཆུང་ན་དེ་ཅུ་ལ་  
 གོ་མས་སུ་གཞུག སྒྲིམ་མཐུ་ཆེ་བའམ། དང་པོ་ཆུང་ཡང་གོ་མས་པས་ཆེ་  
 བར་སོང་བའི་ཆེ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དེ་ཉིད་རི་རྒྱས་སུ་བཏང་བས་གསུང་རབ་དང་  
 དགོངས་འགྲེལ་དྲི་མེད་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་སྐུ་བ་པ་ཞིག་དགོས་སོ། ། དེ་ལ།  
 སྒྲིམ་ཆེན་རབ་ལ་སྟོན་པ་རབ། སྒྲིམ་ཆེན་འབྲིང་ལ་སྟོན་པ་འབྲིང་འོང་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། རི་ཅུ་བསྒྲིམས་པ་དེ་ཅུ་དུ་ཆོས་ཤེས་པ་རི་ཆེར་འགྲོ་བ་



ཞིག་ཕྱང་ན་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་གནད་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནོ། ། ས་མཐོན་  
 པོའི་ཤེས་རབ་ལ་སྒྲིན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། བདག་ཅག་གི་སྒྲིན་པ་འདི་  
 ཉིད། སྒྲིན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་མཐོ་ཞིང་སྒྱུད་ཚུལ་ཕུན་  
 གུམ་ཆོག་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེས་པར་གྱུར་རྟོ། ། དེ་རིམ་གྱིས་རིག་བྱེད་སྒྲིབ་པའི་  
 ཕྱིར་སྒྲིབ་དཔོན་རིགས་བཙུན་ཞིང་སྒྱུད་ཚུལ་བཟང་བ་མང་དུ་ཐོས་པ་ཞིག་  
 བསམ་སྒྱུར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པས་མཉེས་པར་བྱས་པ་ན། ལྷ་  
 མས་ཀྱང་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡིད་མཁྱེས་ཏེ་བྲམས་ཤིང་དགའ་  
 བར་གྱུར་རྟོ། ། དེའི་ཆེ་བྲམ་ཟེའི་མཁའ་པོ་དེས་སྒྲིབ་མ་རྣམས་བརྟག་པའི་  
 ཕྱིར་བདག་ཉིད་དབུལ་ཞིང་སོངས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་རྟག་ཏུ་བསྒྲགས་པ་དང་།  
 སྒྲིབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་མ་བཟོད་ནས་བསོད་སྒྲིམས་མང་དུ་བསྐྱངས་ཏེ་ཕུལ་ལོ།  
 དེར་སྒྲིབ་དཔོན་གྱིས་སྒྲས་པ། བསོད་སྒྲིམས་ཅམ་གྱིས་ངའི་དབུལ་སོངས་  
 སེལ་མི་རུས་པས། བྱེད་ཅག་ང་ལ་བསམས་ན་ནོར་སྒྲིབ་པའི་ཐབས་ལ་འབད་  
 པར་རིགས་སོ་ཟེར། སྒྲིབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ནོར་སྒྲིབ་པའི་ཐབས་དྲིས་པས་  
 མཁའ་པོས་སྒྲས་པ། གཙུག་ལག་ནས་བཤད་པའི་ནོར་སྒྲིབ་པའི་ཐབས་ཡོད་  
 དེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ནོར་འདི་ཐམས་ཅད་བྲམ་ཟེའི་ནོར་ཡིན་པས་བྲམ་ཟེ་རྒྱུད་  
 པའི་ཆོག་ཞན་གྱི་ནོར་སྤུས་ཀྱང་མ་མཐོང་བར་རྒྱ་བ་ནི་ཆོས་སུ་བཤད་དོ། །  
 འོན་ཀྱང་གྲགས་པ་ངན་པ་བསྐྱང་དགོས་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱིས་མཐོང་བཞིན་དུ་  
 སྐང་བ་དང་། དཔྱོག་པར་མི་བྱའོ། ། ཞེས་གདམས་པས་སྒྲིབ་མ་གཞན་  
 རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱ་བར་ཁས་སྐྱངས་སོ། ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ནི་ངོ་ཆ་  
 བས་མགོ་སྒྲུད་དེ་ཅང་མི་སྒྲིབ་པར་འདུག་གོ། ། མཁའ་པོས་དེ་ལ། བྲམ་ཟེ་  
 འདི་རྣམས་ང་རྒྱུད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་མི་བཟོད་ན་ཁྱེད་ཅི་ཕྱིར་མགོ་དུད་དེ་འདུག་

• 294 •



བར་དུ་འཕགས་པས་སྒྱུད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་དེ་ལྟ་བུར་བསྒྲུབས་ནུས་ན། རང་  
 ཉིད་དལ་འབྱོར་ཆེད་བའི་མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་ཏེ། སྤང་དོར་གྱི་གནས་ནམས་  
 ཤེས་པའི་དུས་འདིར། དེ་ལྟར་འབད་པས་བསྒྲུབས་ན་གོ་འཕང་མཆོག་དེ་  
 འདྲུབ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྲུབ་སྟམ་དུ་སེམས་གཟེངས་བསྒྲུད་པ་དང་། བརྒྱད་  
 རྟེན་པ་ལས། འདི་ལྟ་བུའི་གནས་དག་ལ་སྒྲོན་ལམ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་གདབ།  
 ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ནམས་ཀྱི་སྒྲོན་ཡུལ་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་པས།  
 རྒྱལ་སྤྱོད་ནམས་ཀྱིས་སྟོན་དུ་གཅིས་པའི་ལུས་སྒྲོག་ལ་ཡང་མ་གཟིགས་པར་བྱ་  
 དཀའ་བའི་སྒྱུད་པ་ཇི་ལྟར་མཛད་པ་ལྟར། བདག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྒྲོབ་ནུས་  
 བ་ནམ་ཞིག་ན་འོང་སྟམ་དུ་སྒྲོན་ལམ་ཡང་ཡང་གདབ་པ་གནད་ཀྱི་དོན་དུ་གཟུང་  
 བར་བྱའོ། ། ལ་རྩལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་པོ་འདི་དག་གིས་ཞེས་སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི།  
 ལམ་ཕྱིན་དུག་པོ་འདི་དག་གིས་སྤྲེལ་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་  
 སེམས་དཔའ་ནམས་ལ་ནི། དཀའ་པོའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་དཀའ་པོའི་  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཆེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བཛྲོད་པར་བྱ་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཕྱིན་དུག་  
 ཉམས་སུ་ལེན་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱིས་ནི། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདོད་དོན་གྱི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་པར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད་སེམས་ཅན་ནམས་ལ་ཕྱིན་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་འགྲེལ་ན་བདེ་འམ་སྟམ་ཡང་དབྱུང་པར་བྱའོ། །  
 འདིར་ཇིས་ཕྱིན་དུག་རྒྱ་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་འདྲུབ་པར་གསུངས་པ་དང་། ཐོགས་  
 མེད་ཀྱིས་ཕྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པ་པོའི་བྱང་སེམས་རྒྱ་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་འདྲ་  
 བར་གསུངས་པ་ནི་གནད་གཅིག་དུ་འབབ་པར་སྤང་དོ། །

གཉིས་པ།    གཞན་རྒྱད་སྟོན་བྱེད་བཟུ་བཞི་ལ་  
 བསྐྱབ་ཚུལ་བཟུན་པ།

གཉིས་པ་གཞན་རྒྱད་སྟོན་བྱེད་བཟུ་བཞི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་བསྐྱབ་  
 ཚུལ་ལ།    དུས་འཁོར་སྐྱབ་ཐབས་ལས།    སྟོན་པའི་གཡབ་མོས་ལེགས་  
 བོས་ཏེ།    ། སྟོན་པར་སྐྱབ་པས་གཏམ་བྱས་ནས།    ། འོན་སྟེང་པ་ཡིས་བག་  
 ཕབ་སྟེ།    ། འོན་མཐུན་གྲོས་ཆེན་གདབ་པར་བགྱ།    ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ།    ། འདི་ལ་ལ།    བཟུ་བཞིའི་ངོ་བོ།    བཞིར་བཞག་པའི་རྒྱ་  
 མཚན།    བཟུ་བཞིའི་བྱེད་ལས།    འཁོར་སྐྱད་པས་དེ་ལ་བརྟེན་དགོས་པ།  
 ཅུང་ཟད་རྒྱས་པ་བཤད་པའོ།    ། དང་པོ་ནི།    སྟོན་པ་ནི་སྟར་བཤད་པ་  
 དང་འབྲེལ་    སྟོན་སྟེན་ནི།    གདུལ་བྱ་ལ་ཕར་བྱིན་རྣམས་སྟོན་པའོ།  
 འོན་སྟེང་ནི།    འོན་དེ་རྣམས་གདུལ་བྱ་ཉམས་སུ་ལེན་དུ་གཞུག་པ་དང་།  
 འོན་མཐུན་ནི།    གཞན་རྣམས་འོན་གང་ལ་སྐྱར་བ་དེ་ལ་བདག་ཉིད་  
 འཇུག་པར་བྱེད་པ་སྟེ།    མདོ་མེའི་རྒྱན་ལས།    སྟོན་མཚུངས་དེ་སྟོན་  
 ལེན་འཇུག་དང་།    ། བདག་ཉིད་རྗེས་སུ་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས།    ། སྟོན་  
 པར་སྐྱབ་དང་འོན་སྟེང་དང་།    ། འོན་མཐུན་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན།    །  
 ཞེས་སོ།    ། གཉིས་པ་ནི།    ཅིའི་ཕྱིར་བཟུ་བ་བཞིར་ངེས་ཤིང་།  
 འཁོར་དགེ་བ་ལ་སྐྱར་བ་ལ་ཐོག་མར་དེ་དགའ་དགོས་པས།    སྟོན་པ་ནི་  
 གཞན་ལ་ཕན་བཏགས་པས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་།    སྟོན་སྟེན་  
 བོའོས་བཤད་པས་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཐབས་དངོས་དང་།    འོན་  
 སྟེང་པས།    གཞན་དགེ་བ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་།    འོན་



མཐུན་པས། གཞན་ལ་ཇི་ཉམས་བཟུང་པ་དེ་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་སྐྱབ་པ་  
 ཉམས་ལེན་ལ་ཇི་སྟེན་འཇུག་པས་གཞན་བསྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་ཅིང་བཞིན་  
 པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཡན་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་ནི། ། འཇིན་པར་  
 བྱེད་དང་འཇུག་བྱེད་དང་། ། དེ་བཞིན་ཇི་སྟེན་འཇུག་བྱེད་པ། ། བསྐྱ་  
 བའི་དངོས་པོ་བཞིན་ཤེས་བྱ། ། ཞེས་སོ། ། གསུམ་པ་ནི། བསྐྱ་བ་  
 བཞིན་པོ་འདིས་གདུལ་བྱ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དང་པོས་ཆོས་ཉན་  
 པའི་སྒྲིང་རུང་དུ་འགྱུར་བའི་དངོས་པོར་བྱེད། གཉིས་པས་བཟུང་བྱའི་  
 ཆོས་དེ་ལ་མོས་པར་བྱེད། གསུམ་པས་ཇི་ཉམས་བཟུང་པ་བཞིན་གདུལ་  
 བྱས་ཕྱིན་དུག་སྐྱབ་པར་བྱེད། བཞི་པས་བྱགས་པ་དེ་མི་སྟོན་པར་ཡུན་  
 རིང་པོར་བསྐྱབས་ནས་ཉམས་སྒྲིན་རྣམས་རྣམ་པར་སྦྱང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། དང་པོས་སྒྲིང་འགྱུར་དངོས་པོ་སྟེ། ། གཉིས་པ་ཡིས་ནི་མོས་པ་  
 ཡིན། ། གསུམ་པ་ཡིས་ནི་སྐྱབ་པ་སྟེ། ། བཞི་པས་རྣམ་པར་སྦྱང་བའོ།  
 ཞེས་སོ། ། བཞི་པ་ནི། གདུལ་བྱ་ཀྱང་གྱི་དོན་ཀྱང་འགྱུབ་པ་དང་།  
 ཐབས་བཟང་པོར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པས་ན། འཁོར་སྐྱུག་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་བཞེན་དགོས་སོ། ། དེ་ཡང་། འཁོར་དུ་སྐྱེད་པ་  
 རྣམས་བསྐྱ་བཞིན་ཚུལ་འདི་ལ་ནི་ཡང་དག་པར་བཞེན་དགོས་ཏེ། འདི་  
 ལ་བཞེན་ནས་རང་གཞན་ཀྱང་གྱི་དོན་ཀྱང་འགྱུབ་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 འཁོར་སྐྱེད་པའི་ཐབས་བཟང་པོ་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་བསྐྱགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 འཁོར་སྐྱེད་པ་དང་ལྷན་པ་རྣམས། ། ཚུལ་འདི་ལ་ནི་ཡང་དག་བཞེན།  
 ཀྱང་གྱི་དོན་ཀྱང་འགྱུབ་བྱེད་ཅིང་། ། ཐབས་བཟང་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་  
 བསྐྱགས། ། ཞེས་སོ། ། ལྷ་པ་ནི། གཞུང་ཉིད་ནས་འབྱུང་བ་ཉམས་གོ་

བར་བྱའོ། ། བཟུང་ངོས་བཞི་ཡང་གཉིས་སུ་འདུ་སྟེ། སྒྲ་མ་ཟང་ཟིང་  
 གིས་བཟུ་བ་དང་། ཐུ་མ་གསུམ་ཆོས་ཀྱིས་བཟུ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་།  
 སྟོན་སྒྲ་ནི་དམིགས་པའི་ཆོས། འོན་སྟེང་ནི་སྒྲ་བ་པའི་ཆོས། འོན་  
 མཐུན་ནི་དེའི་ཡངས་སྟེང་གི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཡངས་སྟེང་གི་  
 འོན་ནི། བྱང་སེམས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཡུན་རིང་པོར་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པ་ན།  
 གཞན་ཡང་དེ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་འོན་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་ཡང་།  
 ཟང་ཟིང་དང་ནི་ཆོས་ཀྱིས་ཏེ། ། དམིགས་པའི་ཆོས་ལ་སྒྲ་སྒྲ་བ་ཡིས།  
 བཟུ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་ནས་ནི། ། བཟུ་བའི་དངོས་པོ་བཞིར་འདོད་དོ།  
 ཞེས་སོ། ། འདི་ཡང་དུས་གསུམ་གྱི་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞན་འོན་  
 མཛད་ཚུལ་ཡིན་པས་བསྟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། བཟུས་དང་  
 སྟེང་པར་འགྱུར་བ་དང་། ། གང་དག་ལ་ལྟར་སྟེང་བྱེད་པ། ། དེ་ཀྱང་  
 དེ་འདྲ་དེ་ལྟ་བས། ། འདི་ནི་སེམས་ཅན་སྒྲིན་བྱེད་ལམ། ། ཞེས་སོ།  
 དེ་ལ་སྒྲིན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟེང་པ་མཐའ་ཡས་ཀྱང་སྒྲ་མ་ཆེ་བ་ནི་པར་ཕྱིན་དང་  
 བཟུ་བ་ཞི་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་ལ་རང་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོག་སྒྲིན་  
 པར་བྱ་བ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་སྒྲིན་པར་བྱ་བ་གཉིས་ལས་མེད་ལ།  
 དེ་གཉིས་པར་ཕྱིན་དང་། བཟུ་བས་སྒྲ་བ་པའི་ཕྱིར་རོ། ། མ་སྒྲིན་པར་  
 སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་ནི། སེམས་རྒྱད་དག་བས་སྒྲར་མ་སྒྲིན་པ་སྒྲིན་པར་བྱེད་  
 པ་དང་། སྒྲིན་པ་རྣམས་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་ནི། དག་བས་སྒྲིན་པ་རྣམས་  
 སེམས་རྒྱད་ཉོན་མོངས་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའོ། ། འཇིག་རྟེན་པ་དང་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྒྲ་སྒྲ་བ་འོན་ནི། འཇིག་རྟེན་པ་ཞི་རགས་  
 རྣམ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་གིས་འཇིག་རྟེན་པའི་འདོད་ཉོན་མཛོན་གྱུར་ལ་



ཆགས་པ་དང་བྲལ་ནས་ཕྱི་མ་འདོད་ཉོན་རྣམ་པར་དག་པའི་གཟུགས་  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་ལྷའི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 བདེན་པའི་རྣམ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་གིས་འདོད་ཉོན་གྱི་ཆགས་པ་དང་བྲལ་  
 ཉེ་ཐར་པ་ཐུང་འདས་ཐོབ་པར་བྱེད་ཅིས་པའོ། ། ལྷ་མའི་དཔེ་བརྒྱད་ནི།  
 ལྷ་མ་དྲི་བའི་གོང་ཁྱིམ་ཆུ་ཆུ་དང་། ། བྲག་ཆ་ཆེ་ལ་མ་སྒྲིག་ཆུ་ཆུ་ཤིང་སྒྲིལ།  
 ཞེས་པ་ལྟར་རོ། ། ཇིས་ཀྱི་རྟོག་པ་ནི། ཇིས་ཀྱི་བདེན་ཞེན་གྱི་རྟོག་པའོ།  
 ཆ་མ་ཉམ་པ་ནི། འདྲ་བའོ། ། དེ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་དུན་  
 པ་ནས་ལྷག་བསམ་བར་སྒྲུབ་བྱེད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་ཞི་བདེ་  
 གོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་ཡིད་ཡོག་ནས། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བཅས་མིན་སྟེ།  
 བ་བསྒྲུབ་བྱ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིན་དུག་ཉམས་སུ་སྒྲུངས་ཉེ་རྫོགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ནི་གྲུབ་འབྲས་སོ། ། མདོར་ན། དལ་  
 འཕྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ། མཆོན་ལུན་གྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་  
 མཇལ། འཇམ་མགོན་ལྷན་བརྒྱད་ཀྱི་གདམས་པ་ཐོབ་མོད་དང་མུད་པའི་  
 དུས་འདིར། དལ་འཕྱོར་ཆུད་ཐོས་སུ་མ་སོང་བར། མཆོན་ལུན་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་བསམ་སྦྱར་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བརྟེན་ནས།  
 སྦྱོར་བྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྒྲིབ་མཐའ་དག་ལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་སྦྱོ་  
 འདོགས་ལེགས་པར་ཆོད་པར་བྱ། དེ་ནས་ཐོས་ལོད་དང་། ཤེས་ལོ་ཙམ་  
 དུ་མ་སོང་བར་སེམས་རྒྱད་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་  
 སྒྲུངས་ཉེ་ཞི་བདེ་གོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་ལས་ཡོག་ནས་གཞན་དོན་དུ་  
 རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་དུག་སྦྱོར་ཉེ། ཐོག་

མར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ཁྱེད་ཀྱིས།      དེ་ནས་སྒྲིམ་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐུན་  
མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཉམས་སྲུབ་སྒྲུབ་ཏེ་ཐུར་བ་ཐུར་བར་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་  
ཐོབ་པར་བྱའོ། །

३६५

སྒྲེས་བྲལ་སྤྲུལ་གྱི་ལམ་གྱིས་བྲལ་ས་ཆུང་ཕྱུག།

རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་དུག་ཅན་ཟེས་ལྟར་སྤངས། །

སྒྲུབ་ཅིང་རྒྱལ་གོ་འཕང་དོན་གཉིས་བཤེ།

ཀུལ་གྲས་ཚུན་ལ་བཅོལ་ནམས་སྐལ་བ་བཟང་། ..... ། ཞེས་

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོའི་དོན་གྱི་ཆེར་བཤད་པ་མན་ངག་རིན་ཆེན་  
བང་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་ལས། རྩེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པ་རྩེ་བསྐྱབ་ཡན་གྱི་  
དཀའ་བའི་གནས་རྒྱུ་མས་ལེགས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། ། །

ཡོན་མཁའ་ཏེ་དུས་ཅམ་ཏེ་དུ་རྩེ་ལྷ་མཁའ་ལོ་ཏེ་བདེ།

ཏེའུ་ལྟམ་ནི་རོ་རྒྱ་ཡི་མི་བུ་དྲི་མ་དུ་བྲམ་ཏེ།

པར་འདི་བྱ་དགོན་བཤད་སྐབས་འཁོར་གྱིང་དུ་བཞུགས་སོ།



དཔེ་ཐོག་འགན་འཁུར་བ།	ལོངས་ཁང་ཕུན་ཚོགས་རྫོང་།
མཐའ་ཁྱུས་བ།	སྐལ་བཟང་ཡེ་ཤེས།
ཁྱུས་དག་བ།	ལོངས་ཁང་ཕུན་ཚོགས་རྫོང་།
སྒྲིག་སྐྱད་པར་བསྒྲིགས།	པ་སངས་ལྷ་མོ།
	ལོངས་ཁང་ཕུན་ཚོགས་རྫོང་།

བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་དོན་རྒྱ་ཆེན་བཤད་བ་  
 མན་ངག་རིན་ཆེན་བང་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་ལས་  
 གྲེས་བྱ་ཆེན་མོའི་རྣམ་པར་བཤད་བ་  
 བཀྲགས་སོ།

སྟོད་ཆ།

རྩི་བཅུན་སྒྲོ་བཟང་ནོར་བུས་བཅུམས།

✽

བོད་ཕྱོངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྙིང་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་ནས་བསྐྱུན།  
 བོད་ཕྱོངས་ཤིན་ཏུ་དཔེ་ཆོད་ཁང་གིས་བཀྲམ།  
 ལྷ་ས་རྒྱ་མིང་པར་འདེབས་འགན་འཁུར་ཡོད་ཀྱང་སེས་དཔར་བཏབ།  
 2009ལོའི་ཟླ11པར་པར་གཞི་དང་ཕོ་བསྒྲིགས།  
 2009ལོའི་ཟླ11པར་པར་ཐེངས་དང་ཕོ་བཏབ།

ISBN978 - 7 - 80589 - 088 - 3/IV . B946.6 མི་ཡིག་(བོད།)

དེབ་གྲངས། 1 - 2,000    དེབ་རིན་(སྟོད་ - ཐུང་)བསྐྱམས་སྒྲིབ། 45.00





## 图书在版编目(CIP)数据

菩提道次精华要义. 上士道: 藏文/洛桑罗布著, —拉萨: 西藏藏文古籍出版社, 2009. 8

(雪域文库/巴桑次仁主编)

ISBN978-7-80589-088-3

I. 菩… II. 洛… III. 喇嘛教—研究—藏语 IV. B946.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 036956 号

## 菩提道次精华要义

---

作 者: 落桑罗布

责 编: 龙康·平措多吉

终 审: 格桑益西

校 对: 龙康·平措多吉

电脑排版: 巴桑拉姆、龙康·平措多吉

※

西藏藏文古籍出版社出版

西藏新华书店发行

拉萨福明印刷有限责任公司印刷

2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

ISBN978-7-80589-088-3/IV.B946.6 民文(藏)

印数 1-2,000 定价(上下册): 45.00 元



### 附录(912)目錄表查表圖

8.0005 赴遠出學古文聲勢

2-880-082087-7 87041821

[illegible]

又更半靜穴直對普

清聖榮恭：書 卷一

20

彈出 蜂窠出 彈古文 蜂窠西

西燕皇帝慕容暕

開張同公平堂於市南中興縣城

2009年11月第1版 2009年11月第1版





[illegible][illegible]

2009年11月 第1版      2009年11月 第1次印刷  
ISBN 978-7-80589-088-3/IV.B946.6 民文(藏)  
印数 1-2,000 定价(上下册):45.00元

9 787805 890883 >